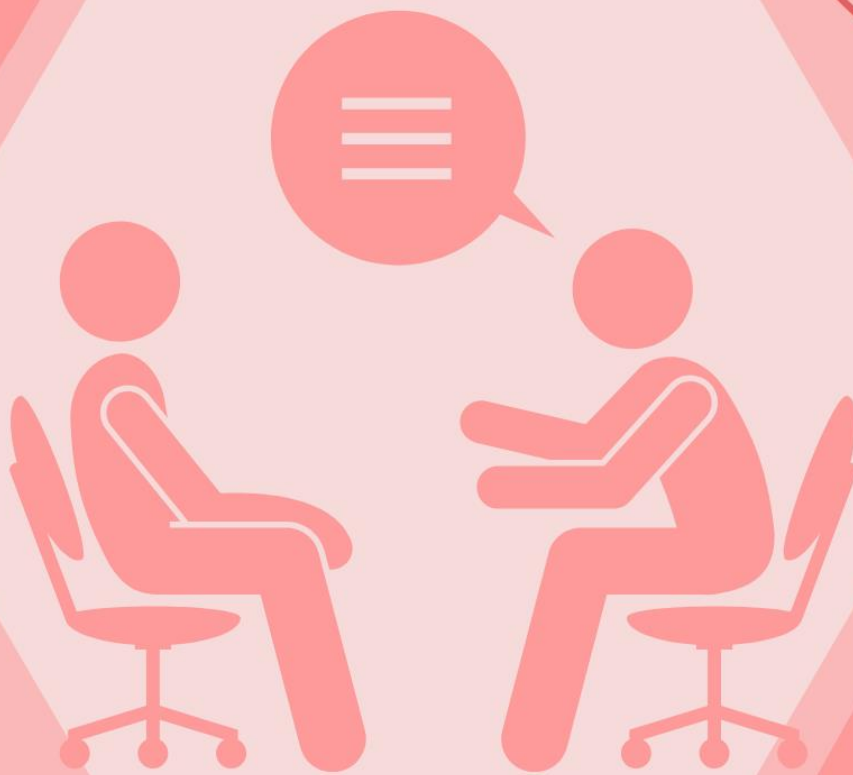


คู่มือครู



แนวทางการจัดกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา
(YC : Youth Counselor)



กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ



หน่วยที่ 1

นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC : Youth Counselor)

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสถานการณ์ทั่วโลกและสังคมไทย ส่งผลต่อวิถีการดำเนินชีวิต ค่านิยม เจตคติของคนในสังคมหลายมิติ ทั้งเศรษฐกิจ การเมืองการปกครอง วัฒนธรรม ภาวะโรคอุบัติใหม่ ส่งผลให้เกิดสภาพปัญหาของภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ของผู้เรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 พบว่า 1) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านความรู้ และการเชื่อมโยงองค์ความรู้ 2) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านเจตคติต่อการเรียนและวิชาที่เรียน 3) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านทักษะทางวิทยาศาสตร์และทักษะการปฏิบัติ 4) การเปลี่ยนแปลงของ คุณลักษณะของผู้เรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา และ 5) สภาวะทางอารมณ์ สัมพันธภาพ และสุขภาพจิตของผู้เรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา ส่วนสาเหตุของภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ของผู้เรียนระดับชั้นมัธยมศึกษา จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 มีสาเหตุมาจาก 1) สาเหตุจากผู้เรียน ได้แก่ แรงจูงใจ และ ความพร้อมในการเรียนที่เปลี่ยนแปลงไป 2) สาเหตุจากครูผู้สอน ได้แก่ การปรับตัวต่อการจัดการเรียนการสอนในรูปแบบใหม่ 3) สาเหตุจากผู้ปกครอง ได้แก่ ความเข้าใจและการสนับสนุนการเรียนรู้ 4) สาเหตุจากโรงเรียน ได้แก่ นโยบาย และการบริหารจัดการในช่วงการแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 และ 5) สาเหตุจากสื่อและอุปกรณ์การเรียนรู้ ได้แก่ ความไม่พร้อมด้านสื่อและเทคโนโลยี (สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. 2564) ประกอบกับสถานการณ์ของวัยรุ่นไทย (Baseline) ข้อมูลจากการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า ประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ตี๋มแอลกอฮอล์และสูบบุหรี่เพิ่มขึ้น การตั้งครรรภ์ในกลุ่มวัยรุ่นยังเป็นปัญหา และมีความรุนแรงมากขึ้นในสังคมไทย ส่งผลให้เกิดมีพัฒนาการไม่สมวัยและมีโอกาสสูงที่จะกลายเป็นเด็กด้อยโอกาสหรือถูกทอดทิ้ง กลายเป็นปัญหาสังคมตามมา ข้อมูลจากกระทรวงสาธารณสุขพบว่า ร้อยละ 51 ของวัยรุ่นไทยเคยตี๋มเครื่องตี๋มแอลกอฮอล์ อายุเฉลี่ยของการตี๋มครั้งแรกคือ 13 ปี วัยรุ่นที่เคยสูบบุหรี่รวมแล้วมากกว่า 100 มวน มีประมาณร้อยละ 30 ด้านการบาดเจ็บรุนแรงที่ทำให้เกิดการเสียชีวิตสูงที่สุดในวัยรุ่นคือ อุบัติเหตุจากการขับซึ่รถจักรยานยนต์ นอกจากนี้อัตราการฆ่าตัวตายของวัยรุ่นที่มีจำนวนมากขึ้นจากการรวบรวมข้อมูลจากกรมสุขภาพจิต และใบมรณบั้ตรจากกระทรวงมหาดไทย ในช่วง 3 ปีที่ผ่านมา พบว่า วัยรุ่นไทยช่วงอายุ 10-19 ปี มีอัตราการพยายามฆ่าตัวตายประมาณ 1,500-2,000 คน โดยขณะที่อัตราการฆ่าตัวตายสำเร็จอยู่ที่ประมาณ 140-160 คน ซึ่งสาเหตุสำคัญส่วนใหญ่มาจากเรื่องสัมพันธภาพ ความน้อยใจ การถูกต่อว่า รองลงมาคือ เรื่องโรคจิตเวช และยาเสพติดตามลำดับ (รายงานประจำปีกรมสุขภาพจิต. 2564) อีกทั้งวัยรุ่นไทยใช้เวลาถึง 1 ใน 3 ของวัยเพื่อเรียนรู้ทักษะด้านวิชาการและทักษะทางสังคมในบริบทของโรงเรียน เริ่มตั้งแต่อายุ 7-22 ปี ในชีวิตการเป็นผู้เรียน พฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้นจึงอาจเกิดขึ้นจากช่วงเวลาเปลี่ยนผ่านการเป็นวัยรุ่นไปสู่ผู้ใหญ่จึงมักพบปัญหาพฤติกรรมไม่เหมาะสมของวัยรุ่นได้ทั่วไป ดังนั้นหัวใจสำคัญของระบบการศึกษาในโรงเรียน มิใช่เพียงมุ่งเน้นที่การพัฒนาทักษะความสามารถทางวิชาการ ความสามารถทางสติปัญญา แต่ยั้ต้องตระหนักถึงกระบวนการเติบโตด้านทักษะทางสังคม และอารมณ์ของผู้เรียนอย่างมีคุณภาพ นักการศึกษาต่างให้ความคิดเห็นถึงกระบวนการช่วยเหลือ

ทางพฤติกรรมว่า ควรเกิดขึ้นในบริบทที่เป็นธรรมชาติและในชีวิตประจำวันของผู้เรียน จึงมีการพัฒนาชุดการฝึกทักษะให้คำปรึกษาโดยเพื่อน (Peer Counseling) ซึ่งเป็นหนึ่งในแนวทางการช่วยเหลือด้านการให้คำปรึกษาที่ได้รับการศึกษามาเป็นระยะเวลายาวนานในต่างประเทศ มีงานวิจัยสนับสนุนว่าสามารถส่งเสริมให้ผู้เรียนพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์และสร้างสัมพันธภาพทางบวกระหว่างบุคคลได้ ในบริบทของประเทศไทย สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (2550) ได้พัฒนากระบวนการดังกล่าวมาใช้ในการระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยเริ่มแรกใช้คำว่า ยุวชนแนะแนว จากนั้นพัฒนามาเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC: Youth Counselor)

นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) คือ เยาวชนที่ได้รับการพัฒนาให้มีคุณลักษณะที่เหมาะสมต่อการปฏิบัติหน้าที่ในการให้การปรึกษา ในกรณีที่ปัญหาไม่ซับซ้อนมีบรรยากาศของความเป็นเพื่อน แลกเปลี่ยนทัศนคติภายในกลุ่มที่มีวัยใกล้เคียงกัน โดยใช้หลักจิตวิทยาของกลุ่มเพื่อนเป็นพื้นฐานช่วยเหลือซึ่งกันและกัน หลักการให้การปรึกษาโดยเพื่อน (Peer Counseling) มุ่งเน้นให้นักเรียนที่มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน ๆ มีบทบาทในการสร้างความเข้มแข็งให้แก่ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนโดยการดูแลช่วยเหลืออย่างใกล้ชิดของครู (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา. 2552; จันทิมา ทอดสนิท และฉันทนา กล่อมจิต. 2554; กรกฎ นักคิม. 2559)

บนเส้นทางการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีการรวบรวมการสัมภาษณ์ครูผู้ดูแลและนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) พบว่า กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีความสำคัญทั้งกับเยาวชนที่ได้รับการคัดเลือกให้เป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ซึ่งเยาวชนกลุ่มนี้ได้รับความรู้ หลักการกระบวนการให้คำปรึกษา การเห็นคุณค่าของตนเอง การยอมรับความแตกต่าง การอุทิศตน ความเสียสละ การทำงานเป็นทีม ฯลฯ และกับเยาวชนที่ได้รับการช่วยเหลือด้านจิตใจจากนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ที่มีประสบการณ์ที่ถูกต้อง ชี้แนะแนวทางที่เหมาะสม เป็นผู้รับฟังที่ดี ทำให้เกิดประสบการณ์ที่ดีงามในการพัฒนาทักษะทางสังคมและอารมณ์ของวัยรุ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.2 ความหมายของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา หรือที่รู้จักกันว่า YC คือ เยาวชนหรือนักเรียนที่ได้รับการพิจารณาคัดสรรจากบุคลากรทางการศึกษาของโรงเรียน ว่าเป็นผู้มีคุณลักษณะเหมาะสมในการให้การปรึกษาทั้งด้านเจตคติที่มีต่อการให้การปรึกษา ด้านทักษะการให้การปรึกษา ด้านความรู้การให้การปรึกษา ซึ่งเกิดจากการได้รับการฝึกฝน พัฒนา นิเทศติดตามจากครูแนะแนวหรือผู้เชี่ยวชาญอย่างใกล้ชิด จนเกิดสมรรถนะการให้การปรึกษาแก่เพื่อน สามารถใช้ทักษะที่ได้รับการฝึกฝน สนับสนุน สร้างความกระจ่างในปัญหาแก่เพื่อนในวัยเดียวกันได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ซึ่งบุคคลดังกล่าวมิใช่หนักให้การปรึกษาอาชีพ

1.3 คุณลักษณะของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

คุณลักษณะของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) คือ ลักษณะที่มีความสำคัญและมีความเหมาะสมและจำเป็นกับการปฏิบัติหน้าที่ในการเป็นผู้ให้การปรึกษาเพื่อน ประกอบด้วย

1.3.1 คุณลักษณะด้านความรู้ เป็นองค์ความรู้ที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ความรู้ที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ตลอดจนความรู้ในการให้การปรึกษา และขอขยายหน้าที่ในการปฏิบัติงาน

1.3.2 คุณลักษณะด้านทักษะ เป็นผู้มีความสามารถในการดำเนินงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทั้งในบทบาทของผู้ให้บริการ ผู้ประสานงานเครือข่าย บริหารจัดการข้อมูลด้วยเทคโนโลยี ความสามารถในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การดำเนินงานตามแผนปฏิบัติงาน และการบูรณาการกับภารกิจอื่น ๆ

1.3.3 คุณลักษณะด้านเจตคติ เป็นผู้มีความสนใจ มีความรู้สึกที่ดีต่อการให้การปรึกษา ตลอดจนแสดงลักษณะของความพร้อมในการทำหน้าที่เป็นผู้ให้การปรึกษา

ปัจจุบันจึงมีการกำหนดกรอบคุณลักษณะของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ไว้ดังนี้

- 1) ให้ความใส่ใจเพื่อนในชั้นเรียน
- 2) มีความเห็นอกเห็นใจ
- 3) มีทักษะการสื่อสารระหว่างบุคคล
- 4) มีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อน
- 5) มีความเป็นผู้นำ
- 6) มีความรับผิดชอบ
- 7) ไม่มีประวัติการทำร้ายตนเอง
- 8) ไม่มีปัญหาทางอารมณ์

9) มีความสนใจในการพัฒนาความรู้ที่ได้รับจากการอบรมเชิงปฏิบัติการ และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมอื่นที่เป็นการขับเคลื่อนการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

จากคุณลักษณะ 9 ประการข้างต้น ครูผู้ดูแลนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) สามารถใช้เป็นแนวทางการพิจารณาคัดสรรนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา โดยใช้เครื่องมือรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล และเทคนิควิธีการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) อื่น ๆ เพื่อให้ได้นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ที่มีคุณสมบัติที่เหมาะสมในการปฏิบัติงาน

1.4 บทบาท หน้าที่ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และบุคลากรที่เกี่ยวข้องในการดำเนินกิจกรรม

นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีรูปแบบการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับบุคลากรทั้งภายในสถานศึกษาและภายนอกสถานศึกษา ดังนั้น จึงมีการกำหนดบทบาท หน้าที่ เพื่อให้การปฏิบัติงานเกิดประสิทธิภาพและความยั่งยืน ประกอบด้วย

1.4.1 บทบาท หน้าที่ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

บทบาทของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) คือ การช่วยเหลือเพื่อนที่มีอายุรุ่นราวคราวเดียวกันที่ประสบความคับข้องใจวิตกกังวล ให้ความกระจ่างในปัญหา สามารถหาแนวทางแก้ไขได้ด้วยตนเอง ด้วยกระบวนการให้การปรึกษาที่มีใช้การให้การแนะนำ ไม่ตีความหรือวินิจฉัยโรค ตลอดจนแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ค่านิยม วิธีการดำเนินชีวิตซึ่งกันและกัน หน้าที่ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ที่นอกจากการให้การปรึกษาแล้วยังต้องพัฒนาความสามารถในการให้การปรึกษาของตนเอง อยู่ภายใต้การนิเทศของผู้ที่เป็นวิชาชีพ นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จึงเปรียบเสมือนสะพานเชื่อมโยงระหว่างเพื่อนกับผู้ให้การช่วยเหลือที่เป็นวิชาชีพทั่วไป ดังนั้น นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จึงควรอยู่ในบริบทเดียวกันกับเพื่อนผู้มาขอรับการปรึกษา

1.4.2 บทบาท หน้าที่ของครูแนะแนว

บทบาทของครูแนะแนว คือ ผู้ดูแลโครงการทำหน้าที่ให้ความรู้ด้านการให้การปรึกษา ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน โครงสร้างของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) การตรวจสอบการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ดำเนินการประชุมรายกรณี บูรณาการกับหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ตรวจสอบความถูกต้องข้อมูล สรุป นำเสนอผลการดำเนินงานแก่ผู้บริหาร และฝ่ายต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ครูแนะแนวควรมีคุณลักษณะที่เอื้อต่อความสำเร็จของการดำเนินการกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ซึ่งประกอบด้วย

1) **องค์ประกอบด้านความรู้** หมายถึง ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับวัยรุ่น หลักการให้การปรึกษา หลักจิตวิทยาและการแนะแนว ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน และการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

2) **องค์ประกอบด้านทักษะ** หมายถึง ความสามารถในการปฏิบัติงานเพื่อพัฒนางานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

3) **องค์ประกอบด้านเจตคติ** หมายถึง คุณลักษณะเชิงพฤติกรรมส่วนบุคคลที่แสดงออกถึงการยอมรับความแตกต่างของผู้เรียน ความเป็นกัลยาณมิตร มีใจรักและศรัทธาต่อการทำงานกับผู้เรียนมีความอดทน เป็นผู้ฟังที่ดีให้ความช่วยเหลือผู้เรียนอย่างเต็มความสามารถ

1.4.3 บทบาท หน้าที่ของครูที่ปรึกษา

บทบาทของครูที่ปรึกษา ในบริบทนี้หมายรวมได้ทั้งครูผู้ทำงานด้านระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ครูประจำชั้น ครูผู้ดูแลชุมนุมหรือกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทำหน้าที่อำนวยความสะดวก ประสานงาน ดูแลช่วยเหลือ ในกรณีที่โรงเรียนมีบุคลากรจำกัดครูแนะแนวและครูที่ปรึกษาอาจเป็นคนเดียวกันได้ ครูที่ปรึกษาเป็นบุคคลที่มีความใกล้ชิดกับนักเรียนจึงมีความสำคัญต่อการเรียนรู้ในพฤติกรรมของนักเรียน ดังนั้น จึงมีหน้าที่ในการร่วมคัดเลือกแกนนำนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในชั้นเรียน ประชุมวางแผนการดำเนินงาน ประสานงานกับเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) หรือฝ่ายอื่น ๆ สนับสนุนยกย่อง การปฏิบัติงาน ปฏิบัติตามหลักจรรยาบรรณในการปฏิบัติงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และปฏิบัติงานอื่นที่เกี่ยวข้อง

คุณลักษณะของครูที่ปรึกษาที่เอื้อต่อความสำเร็จของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ประกอบด้วย

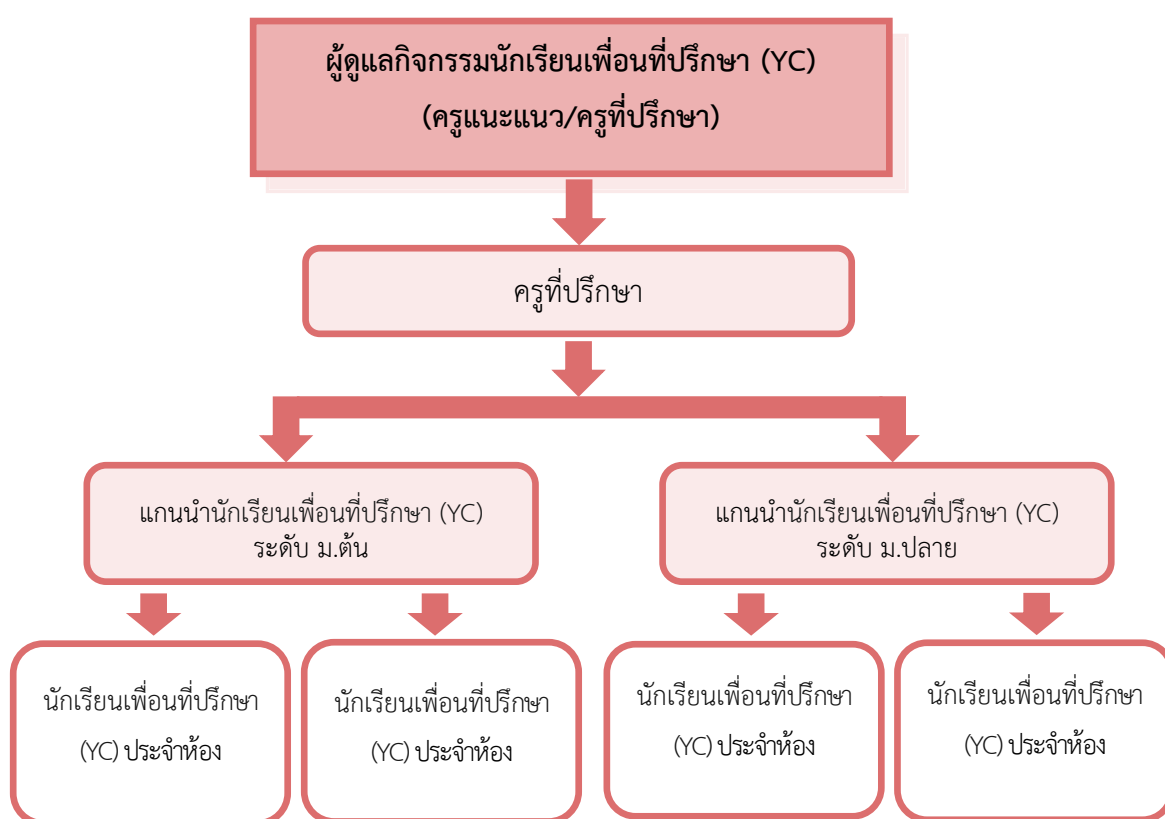
- 1) รู้จักและยอมรับตนเอง มีความเข้าใจความต้องการพื้นฐานของมนุษย์
- 2) มีบุคลิกภาพที่อบอุ่นเป็นมิตร อดทน ใจเย็น
- 3) มีสุขภาพจิตดี มีอารมณ์มั่นคง
- 4) มีความจริงใจในการช่วยเหลือผู้อื่น
- 5) ไวต่อความรู้สึกและช่างสังเกต
- 6) เป็นผู้รับฟังที่ดีและใช้คำพูดได้เหมาะสมชัดเจนด้วยตนเอง
- 7) มีลักษณะน่าไว้วางใจ น่าเคารพ น่าเชื่อถือรักษาความลับ
- 8) มีความเมตตา มีคุณธรรม เสียสละ

9) มีความรู้ในการให้การปรึกษา และมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยี

10) มีความสามารถในการปรับตัว ใฝ่หาความรู้ สนใจข้อมูลที่สามารถนำมาใช้ประโยชน์ในการช่วยเหลือนักเรียน

จากที่กล่าวมาข้างต้นสามารถสรุปบทบาทของบุคลากรที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ได้ดังภาพที่ 1

ภาพที่ 1 บุคลากรที่เกี่ยวข้องในการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)



ที่มา : กฤตวรรณ คำสม. 2554 อ้างอิงจาก Mary. 2007: Online.

ตารางที่ 1 หน้าที่และขอบข่ายปฏิบัติงานของผู้ที่เกี่ยวข้อง

ผู้ที่เกี่ยวข้อง	หน้าที่และขอบข่ายการปฏิบัติงาน
ครูแนะแนว	- ศึกษาและพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - คัดเลือกนักเรียนผู้ที่อาสาเข้าปฏิบัติหน้าที่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - ประชุมวางแผนร่วมกับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อกำหนดทิศทางการทำงาน และปฏิทินการปฏิบัติงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - ประสานการทำงานร่วมทีมเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทั้งภายใน ได้แก่ ครูที่ปรึกษา ครูประจำวิชา ผู้บริหาร และเครือข่ายภายนอก ได้แก่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ภาควิชา ชุมชน องค์กรเอกชน เพื่อเชื่อมโยงแลกเปลี่ยนความรู้และการพัฒนาการ ดำเนินการนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - เป็นที่ปรึกษา สนับสนุน อำนวยความสะดวกในการปฏิบัติงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทั้งเรื่องวัสดุ อุปกรณ์ สถานที่ - ปฏิบัติตามจรรยาบรรณในการปฏิบัติงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - ให้ความสำคัญ สร้างความมั่นใจ กำลังใจ ในการยกย่องให้เกียรตินักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติงานร่วมกับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ดูแลช่วยเหลือ เพื่อให้เกิดความราบรื่น ช่วยเป็นสื่อกลางในการประชาสัมพันธ์ สร้างความเข้าใจเรื่อง นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ภายในองค์กร - จัดประชุม ปรึกษา ระหว่างเครือข่ายภายใน เช่น ครูที่ปรึกษา นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) หรือบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องในกรณีมีปัญหาสำคัญ - ประเมินผลร่วมกับครูที่ปรึกษา นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) รวบรวมข้อมูล รายงานผล ให้ผู้บริหารทราบเป็นรายเดือน ภาควิชาเรียนตามความเหมาะสม
ครูที่ปรึกษา	- ศึกษาและพัฒนาความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - คัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ประชุมวางแผนร่วมกับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อกำหนดทิศทางการทำงาน และปฏิทินปฏิบัติงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - ประสานการทำงานร่วมกับเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทั้งภายใน ได้แก่ ครูแนะแนว ครูประจำชั้น/ประจำวิชา หัวหน้างาน หัวหน้าระดับ ผู้บริหาร และเครือข่ายภายนอก ได้แก่ สพป. สพม. ภาควิชา ชุมชน องค์กรสนับสนุน เพื่อเชื่อมโยงแลกเปลี่ยนความรู้และการพัฒนา - เป็นที่ปรึกษา สนับสนุนการปฏิบัติงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทั้งเรื่อง วัสดุ อุปกรณ์ สถานที่ ฯลฯ - ให้ความสำคัญ สร้างความมั่นใจ กำลังใจ ในการยกย่อง นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) - ให้ความร่วมมือในการปฏิบัติงานร่วมกับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ดูแล ช่วยเหลือ เพื่อให้เกิดความราบรื่น เป็นสื่อกลางในการประชาสัมพันธ์ สร้างความเข้าใจในเรื่อง นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

ผู้ที่เกี่ยวข้อง	หน้าที่และขอบข่ายการปฏิบัติงาน
	- จัดประชุม ปรึกษาหารือระหว่างเครือข่ายภายในสถานศึกษา เช่น ครูแนะแนว หรือบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องในกรณีปัญหาสำคัญ - ประเมินผลร่วมกับครูแนะแนว รวบรวมข้อมูลการทำงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และรายงานผลให้ผู้บริหารทราบ เมื่อสิ้นภาคเรียน ทั้งนี้ สามารถปฏิบัติหน้าที่ครอบคลุมบทบาทของครูแนะแนวได้ กรณีที่มีบุคลากรจำกัด
นักจิตวิทยาโรงเรียน	ให้ความร่วมมือกับครูแนะแนวในการพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เช่น การอบรมทักษะให้การปรึกษา การสื่อสารกับเพื่อนนักเรียน เป็นพี่เลี้ยงโครงการ กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) นอกจากนี้ยังรับนักเรียนที่ส่งต่อมาจากโรงเรียนที่ครูแนะแนวรับการส่งต่อจากนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อประสานการดูแลช่วยเหลือ หากพบว่าเป็นกรณีรุนแรงเกินความสามารถจะส่งต่อหน่วยงาน/บุคคลที่เกี่ยวข้อง
แกนนำนักเรียน YC	บริการให้การปรึกษาเพื่อนในห้องเรียนหรือเพื่อนในวัยเดียวกัน บันทึกข้อมูลการให้การปรึกษา รายงานผลการช่วยเหลือ สามารถถ่ายทอดให้ความรู้ที่เกิดจากการปฏิบัติงาน ประสานงาน แลกเปลี่ยนทักษะ ประชุมการปฏิบัติงานแก่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ประจำห้องเรียน ดำเนินกิจกรรมเชิงรุกที่ส่งเสริมประชาสัมพันธ์ให้นักเรียนภายในโรงเรียนรู้จัก เห็นคุณค่าและความสำคัญของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในโรงเรียน
YC ประจำห้อง	ตัวแทนนักเรียนที่ได้รับการคัดสรร ทำหน้าที่บริการให้การปรึกษาเพื่อนในห้องเรียน หรือเพื่อนในวัยเดียวกัน บันทึกข้อมูลการให้การปรึกษา รายงานผลการช่วยเหลือ ประสานงานแลกเปลี่ยนข้อมูลการดำเนินงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ดำเนินกิจกรรมขับเคลื่อนกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาในโรงเรียนร่วมกับครูที่ปรึกษา ครูแนะแนว แกนนำนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง

1.5 การคัดเลือกและเตรียมความพร้อมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

เป้าหมายสำคัญของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาคือคุณภาพและประสิทธิภาพของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาเพื่อการแก้ไข ช่วยเหลือ และประคับประคองเพื่อนนักเรียนที่ประสบปัญหาเบื้องต้น ซึ่งกระบวนการสำคัญคือการคัดเลือกและเตรียมความพร้อมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา เพราะหากคัดเลือกนักเรียนที่มีคุณลักษณะที่เอื้อต่อการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา แล้วดำเนินการเตรียมความพร้อมจะทำให้นักเรียนมีความสามารถในการปรึกษาเพื่อนได้เป็นอย่างดี

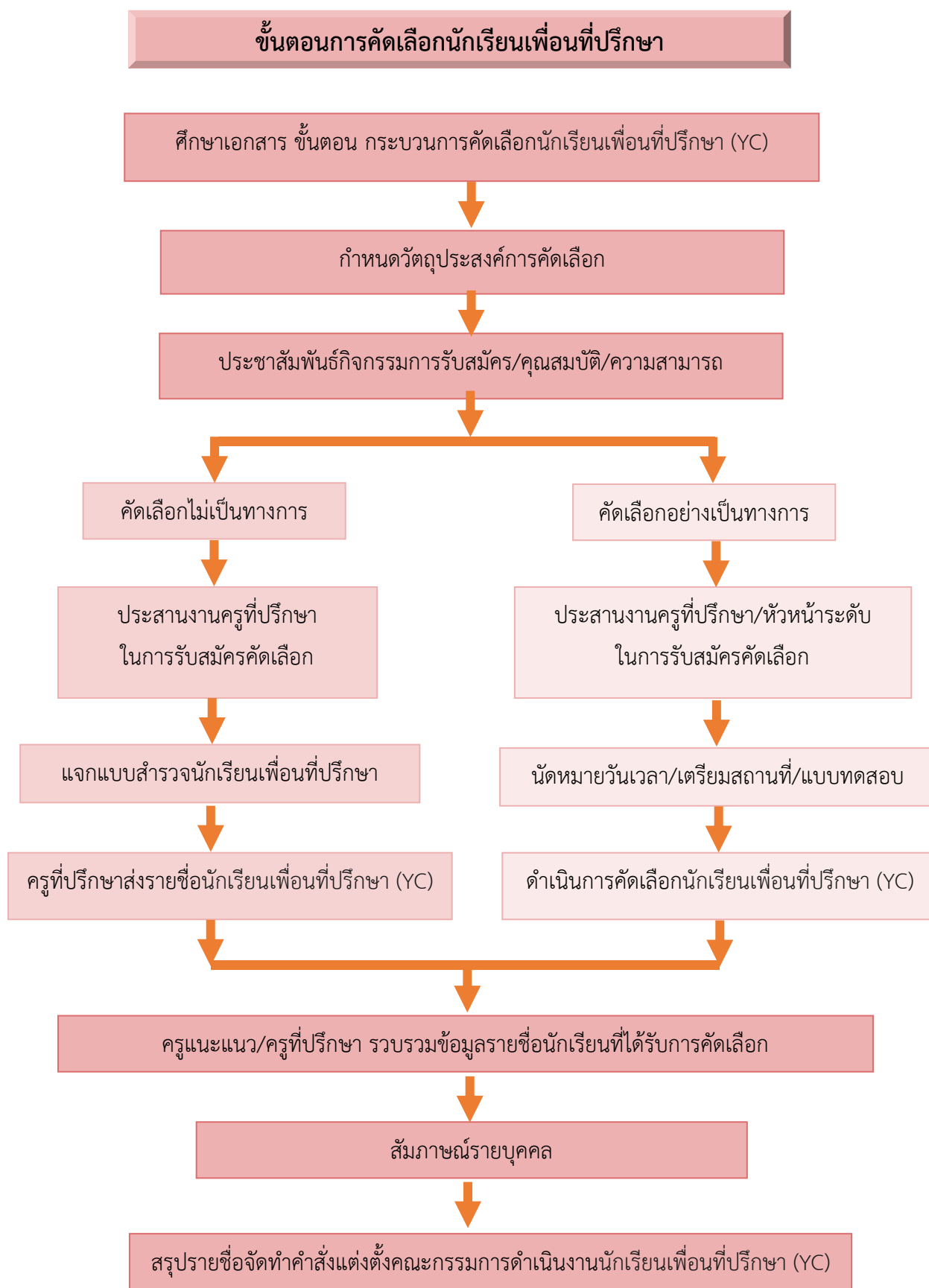
1.5.1 การคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

กระบวนการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาสามารถดำเนินการได้ดังนี้ (กฤตวรรณ คำสม. 2554 อ้างอิงจาก Mill. 2005; Morey et al. 1993; Delworth & Moore. 1974)

1) ลักษณะการคัดเลือก

(1) การคัดเลือกอย่างไม่เป็นทางการ เป็นการคัดเลือกโดยไม่ใช้แบบทดสอบ หรือแบบสอบถามที่เป็นมาตรฐาน แต่อาจเป็นการสังเกต สัมภาษณ์จากครูแนะแนว ครูที่ปรึกษา หัวหน้าระดับชั้น หรือเพื่อนในชั้นเรียน จากนั้นลงมติร่วมกันว่านักเรียนที่ได้รับการเสนอชื่อนั้นมีคุณสมบัติที่เหมาะสมเคยมีประสบการณ์ในการให้ความช่วยเหลือ ข้อดีของการคัดเลือกอย่างไม่เป็นทางการ คือ สะดวก รวดเร็ว เหมาะกับโรงเรียนที่มีบุคลากรจำกัด ข้อจำกัดของการคัดเลือกอย่างไม่เป็นทางการ คือ เป็นเพียงการจัดกลุ่มอย่างคร่าว ๆ มิได้เป็นตัวบ่งชี้ความสามารถในการให้การปรึกษา ดังนั้น จึงควรมีกระบวนการฝึกอบรมที่เหมาะสมตามวัย สภาพปัญหา และความสามารถของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

(2) การคัดเลือกอย่างเป็นทางการ เป็นการคัดเลือกโดยใช้เครื่องมือทางจิตวิทยาที่มีคุณภาพมีมาตรฐานเชื่อถือได้ เช่น การให้ผู้สมัครเขียนอัตชีวประวัติของตนเอง การทำแบบทดสอบความสามารถในการให้การปรึกษาเพื่อน แบบวัดแว่นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) สังคมมิติ แบบสังเกตคุณลักษณะที่ดีของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาดำเนินการโดยครูแนะแนว หรือครูที่ปรึกษาที่มีความเชี่ยวชาญด้านการใช้แบบวัดและแบบทดสอบ ข้อดีของการคัดเลือกอย่างเป็นทางการ คือ ทำให้ทราบลักษณะของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา ตลอดจนพื้นฐานความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการให้การปรึกษา ซึ่งเป็นประโยชน์ในการออกแบบแผนการจัดการฝึกอบรม ข้อจำกัด คือ ใช้ระยะเวลาในการเก็บข้อมูล แปรผล ไม่เหมาะกับโรงเรียนที่มีบุคลากรจำกัด



ที่มา: กฤตวรรณ คำสม. 2554 อ้างอิงจาก Mary. 2007: Online.

2) เกณฑ์ในการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

เนื่องจากคุณลักษณะ เจตคติ เป็นสิ่งที่เชื่อมโยงไปสู่บุคลิกภาพของการให้ความช่วยเหลือ จึงกำหนดเกณฑ์ในการคัดเลือก ดังนี้

- (1) กลุ่มเป้าหมายหรือนักเรียนมีลักษณะคล้ายคลึงกัน
- (2) ได้รับการพิจารณาแนะนำจากผู้เชี่ยวชาญ ครูที่ปรึกษา ครูแนะแนว
- (3) ผ่านการทำแบบทดสอบทางจิตวิทยา
- (4) นักเรียนมีความสนใจและได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง
- (3) เครื่องมือที่ใช้ในการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

1) สังคมมิติ (Sociometry) เป็นเทคนิควิธีที่ใช้ศึกษาความสัมพันธ์ของบุคคลภายในกลุ่ม ช่วยชี้ให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนด้วยกัน ซึ่งจะช่วยให้ครูแนะแนวหรือครูที่ปรึกษาประเมินได้ว่า นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาได้รับการยอมรับจากสังคมในกลุ่มเพื่อน

2) แบบวัดแววนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา การรู้จักนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) สามารถดำเนินการได้โดยคัดเลือกนักเรียนด้วยแบบวัดแววนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ซึ่งสร้างและพัฒนาโดย มัลลวีร์ อุดุลฉัตรศิริ (2547) ข้อมูลจากการทำแบบวัดแววนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จะเป็นประโยชน์เบื้องต้นในการพิจารณาคัดเลือกนักเรียน ร่วมกับการใช้เทคนิคอื่น ๆ

3) แบบสังเกตคุณลักษณะที่ดีของการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา การสังเกตพฤติกรรม เป็นเทคนิควิธีการสำคัญในการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา เนื่องจากทำให้ทราบลักษณะของพฤติกรรมนักเรียนว่าเหมาะสมต่อการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

1.5.2 การเตรียมความพร้อมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

เมื่อดำเนินการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาเรียบร้อยแล้ว ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมนักเรียน ต้องดำเนินการพัฒนานักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาเพื่อให้มีความสามารถในการปรึกษาเพื่อนนักเรียนได้ ทั้งนี้ นำเสนอแนวทางการเตรียมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาได้ดังนี้

1) การเตรียมความพร้อมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาระดับประถมศึกษาตอนปลาย โดยทั่วไปกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาจะดำเนินการในระดับมัธยมศึกษา แต่สภาพปัจจุบันปัญหาของผู้เรียนเกิดขึ้นตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษา ดังนั้น การเตรียมความพร้อมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาอาจดำเนินการได้ตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษาศึกษา โดยครูผู้รับผิดชอบงานแนะแนวสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนที่มีคุณสมบัติเหมาะสมที่จะทำหน้าที่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาในอนาคต จากนั้นดำเนินการฝึกทักษะพื้นฐาน เพื่อเตรียมความพร้อมของการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา เช่น ฝึกทักษะการสังเกต การฟัง การใส่ใจพฤติกรรมผู้อื่น

2) การเตรียมความพร้อมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาระดับมัธยมศึกษา โดยทั่วไปสถานศึกษามักดำเนินการในลักษณะการพัฒนาศมรรถนะการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาซึ่งการดำเนินการพัฒนาความรู้ เจตคติ และทักษะการให้การปรึกษา ผ่านกระบวนการอบรมเชิงปฏิบัติการ การศึกษาดูงานแลกเปลี่ยนเรียน และการฝึกปฏิบัติการให้การปรึกษา นอกจากนี้การเตรียมความพร้อมของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาระดับมัธยมศึกษาอาจมีความแตกต่างกันไปตามบริบทของสถานศึกษา เช่น ประเภทและความพร้อมของสถานศึกษา งบประมาณ ศักยภาพของครูแนะแนว ระยะเวลาในการดำเนินการ ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน การดำเนินการเชิงเครือข่าย เป็นต้น

1.6 ข้อพึงระวังของการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

การให้การปรึกษาเป็นกระบวนการที่เกี่ยวข้องกับบุคคลโดยตรง ต้องสัมผัสความรู้สึกนึกคิดและอารมณ์ของผู้มารับการปรึกษา เป็นที่ไว้วางใจ รู้ความลับ และโลกส่วนตัวของผู้มาขอรับการปรึกษา ซึ่งบางครั้งอาจทำให้นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เกิดความวิตกกังวล เครียด และตกอยู่ในสภาพที่ไม่สามารถให้การปรึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นการให้การปรึกษาจึงมีข้อพึงระวังเป็นแนวปฏิบัติให้นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา ดังนี้

1.6.1 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องไม่ให้การปรึกษาในด้านที่นอกเหนือจากความสามารถและคุณสมบัติที่ตนเองมีอยู่ ชี้แจงให้ผู้รับการปรึกษาทราบเมื่อพิจารณาแล้วว่า ตนเองขาดความชำนาญหรือเหตุผลใดก็ตามที่ไม่อาจให้การปรึกษาได้ และติดต่อให้ความสะดวกในการส่งต่อผู้รับการปรึกษาเข้ารับบริการจากผู้ที่มีความเชี่ยวชาญที่เหมาะสม

1.6.2 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องเป็นกลางในเรื่อง เพศ เชื้อชาติ ศาสนา ความเชื่อ และเพื่อนที่มีความต้องการจำเป็นพิเศษ ควรวางตัวให้เหมาะสมต่อเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม ปฏิบัติตนอยู่ในศีลธรรมเป็นแบบอย่างที่เหมาะสม

1.6.3 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ควรให้ความสำคัญต่อภาษาท่าทางของเพื่อนผู้รับการปรึกษาที่อาจขัดแย้งกับภาษาพูด ดังนั้น ให้เชื้อภาษาท่าทางและสะท้อนกลับให้เพื่อนที่มารับการปรึกษารับรู้ เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความเข้าใจในตนเองมากขึ้น

1.6.4 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องรักษาความลับของผู้มาขอรับการปรึกษาอยู่เสมอ ไม่นำเรื่องราวของเพื่อนผู้รับการปรึกษาไปพูดในที่ต่าง ๆ ถึงแม้จะไม่มีเจตนาเปิดเผย เนื่องจากคนฟังอาจจะปะติดปะต่อเรื่องราวเอง หรือสอบถามจนรู้ว่าเป็นเรื่องราวของเพื่อนคนใด ทำให้กระทบต่อความน่าเชื่อถือไว้วางใจของกระบวนการให้การปรึกษา เว้นเสียแต่ว่าสถานการณ์ที่เปิดเผยในชั่วโมงการให้การปรึกษาเป็นอันตรายต่อชีวิตความปลอดภัยของผู้มารับการปรึกษาหรือผู้อื่นที่เกี่ยวข้อง ซึ่งนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จะเปิดเผยได้ต่อเมื่อได้รับการอนุญาตจากผู้รับการปรึกษาแล้ว การนำปัญหาของผู้รับการปรึกษามาปรึกษาครูเพื่อหาทางช่วยเหลือนั้นสามารถกระทำได้ แต่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องระวังไม่กล่าวพาดพิงถึงชื่อจริงของผู้มาขอรับการปรึกษา

1.6.5 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ควรทำให้ผู้มาขอรับการปรึกษากระจ่างในปัญหา เห็นแนวทางแก้ไข และเลือกแนวทางแก้ไขด้วยตัวผู้รับการปรึกษาเองโดยเคารพในสิทธิยอมรับในการตัดสินใจ ไม่บังคับให้ผู้มารับการปรึกษาปฏิบัติตามความคิดเห็นหรือคำแนะนำของตนเอง และต้องพึงระวังไม่ทำให้ผู้มารับการปรึกษารู้สึกพึ่งพานักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) อยู่เสมอ ๆ

1.6.6 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ควรหลีกเลี่ยงคำถามที่ละเอียดอ่อนและเจาะจง ที่ทำให้ผู้มารับการปรึกษาเกิดความอึดอัดใจ ยินดีที่จะรับฟังปัญหาหรือความเชื่อของเพื่อนที่รับการปรึกษาอย่างตั้งใจ ผ่านการแสดงออกทางสีหน้าท่าทางอย่างเป็นมิตรถึงแม้จะขัดกับความเชื่อของตนเอง เพื่อไม่ให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกว่าตนเองไม่มีความสำคัญ ขาดความมั่นใจและไม่กล้าที่จะเล่าเรื่องราวของตนเอง

1.6.7 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) พึงระวังการมีอารมณ์ร่วมหรือเห็นชอบกับพฤติกรรมของเพื่อนผู้รับการปรึกษา เนื่องจากจะเป็นการเสริมแรงให้ผู้รับการปรึกษาคิดและยังคงมีพฤติกรรมแบบเดิม ไม่มีโอกาสเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น

1.6.8 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) พังระวังเรื่องการด่วนสรุปและการแก้ไขปัญห โดยที่ยังไม่ได้สำรวจข้อมูลอย่างครบถ้วน

1.6.9 เมื่อให้การปรึกษาแล้ว นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ควรบันทึกการให้การปรึกษา เพื่อเก็บข้อมูลการให้การปรึกษาและสามารถวิเคราะห์ประเมิน วัตถุประสงค์ การช่วยเหลือได้อย่างเป็นระบบ

1.6.10 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) พังระวังเรื่องการบริหารจัดการเวลา ทั้งการให้การปรึกษาเพื่อนทุกคนอย่างเท่าเทียม และการปฏิบัติงานส่วนตัวในชีวิตประจำวัน ถึงแม้จะมีหน้าที่ในการให้การปรึกษาเพื่อน แต่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ก็จำเป็นต้องมีเวลาในการดูแลตนเองเช่นเดียวกัน โดยนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องชี้แจงเงื่อนไขการรับบริการอย่างชัดเจน ระยะเวลาในการให้การปรึกษารายบุคคลใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที การให้การปรึกษากลุ่มอยู่ในระยะเวลาไม่เกิน 3 เดือน ตลอดจนหลีกเลี่ยงการนัดหมายอื่นที่ไม่เกี่ยวข้อง

1.7 จรรยาบรรณของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

- 1.7.1 เคารพในศักดิ์ศรีของเพื่อนผู้มารับการปรึกษา
- 1.7.2 เก็บรักษาความลับของเพื่อนผู้มารับการปรึกษา
- 1.7.3 ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล ไม่มีอคติ
- 1.7.4 ยุติการให้การปรึกษาที่อยู่เหนือความสามารถของตนและส่งต่อไปยังบุคคลอื่นที่เหมาะสม
- 1.7.5 พัฒนาตนเองให้ทันต่อวิถีชีวิตใหม่

1.8 เครือข่ายของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน

การดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีความท้าทายในหลายมิติ ครูที่ปรึกษาจึงไม่ควรปล่อยให้เพื่อนที่ปรึกษา (YC) ปฏิบัติหน้าที่โดยลำพัง ดังนั้น จึงต้องมีการติดต่อประสานงานเครือข่ายเพื่อมิให้ปัญหานั้นลุกลาม และเป็นการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับตัวนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เช่น ความกังวลใจในการให้ความช่วยเหลือ การรักษาสัมพันธภาพ อันตรายที่จะเกิดขึ้นตามมา

1.8.1 เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) แบ่งออกเป็น 4 ประเภท ตามความจำเป็นของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหา ดังนี้

- 1) เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) แขนงในระดับชั้น ระหว่างโรงเรียน
- 2) ครูที่ปรึกษา/ครูแนะแนว/ครูประจำวิชา
- 3) เครือข่ายผู้ปกครอง
- 4) หน่วยงานเครือข่าย เช่น หน่วยงานทางด้านสุขภาพจิต ศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก ฯลฯ

1.8.2 ข้อคำนึงในการส่งต่อในเครือข่าย ประกอบด้วย

- 1) ปัญหาที่มีความรุนแรงเป็นอันตรายอย่างต่อเนื่องมาเป็นระยะเวลาหนึ่ง
- 2) ปัญหาส่งผลกระทบต่อตัวนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) โดยตรง
- 3) ปัญหาต้องการความเร่งด่วนในการจัดการแก้ไข
- 4) ปัญหาตรงนั้นต้องการผู้มีความรู้ความสามารถเฉพาะทางในการจัดการแก้ไขปัญหา
- 5) ปัญหาเกินความสามารถของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในการช่วยเหลือแก้ไข

1.8.3 การสื่อสารเพื่อการประสานงานเครือข่าย

การติดต่อสื่อสารทำให้เกิดการคิด ความไว้วางใจ ความเข้าใจที่ตรงกัน เพื่อให้กิจกรรมบรรลุตามวัตถุประสงค์ การดำเนินงานราบรื่น ไม่เกิดการทำงานซ้ำซ้อน ขัดแย้ง เหลื่อมล้ำ กล้าคิด กล้าแสดงออกทางความคิดนำไปสู่การเสนอความคิดสร้างสรรค์ อีกทั้งยังช่วยสร้างสัมพันธภาพอันดีแก่อีกฝ่าย ดังนั้นการประสานงานจึงจำเป็นต้องอาศัยทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อกระตุ้นการคิด การแก้ไขปัญหา การประสานงานเครือข่าย แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1) การประสานงานเครือข่ายอย่างเป็นทางการ มุ่งเน้นที่การประสานงานอย่างมีระบบ มีโครงสร้างที่ชัดเจนแน่นอน มีขั้นตอนการบริหารจัดการ ได้แก่ การประชุมศึกษาเพื่อช่วยเหลือเพื่อนเป็นรายกรณี (Case Conference) เพื่อรวบรวมข้อมูลที่ได้ สื่อสารไปยังเครือข่ายเพื่อรับทราบข้อมูล ที่เป็นประโยชน์

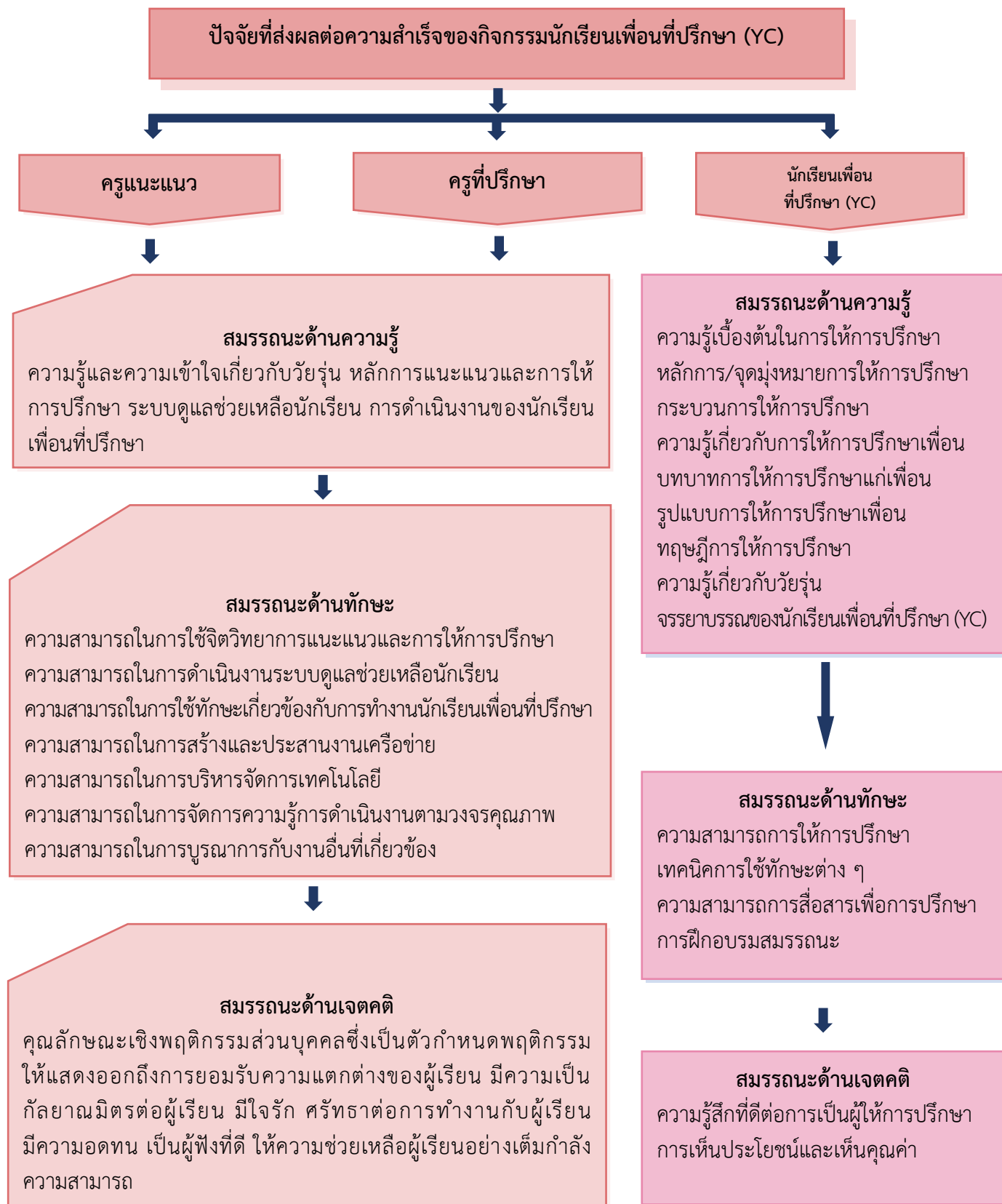
2) การประสานงานเครือข่ายอย่างไม่เป็นทางการ เป็นการประสานงานมุ่งเน้นความร่วมมือร่วมใจ บุคคลจะรู้เพียงบทบาทหน้าที่ แต่อาจจะไม่ได้มองเห็นเป้าหมายในทิศทางเดียวกัน

สรุปได้ว่าการสื่อสารเป็นความสามารถในการรับรู้ การถ่ายทอดข้อมูลไปยังผู้รับสาร การสื่อสารที่ดีจึงต้องมีทั้งความสามารถในการรับรู้ภาษา และความสามารถในการพูดออกมาเป็นภาษา ทักษะที่จำเป็นสำหรับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จึงต้องประกอบด้วยทักษะการสื่อสาร ทักษะการประชุมเพื่อช่วยเหลือเพื่อนเป็นรายกรณี ซึ่งนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องเรียนรู้ขั้นตอนในการประชุมและทักษะการเป็นผู้ดำเนินการอภิปราย

1.9 ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสำเร็จของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

ความสำเร็จและความยั่งยืนของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในสถานศึกษาเกิดจากความเสียสละ ความเอาใจใส่อย่างแท้จริงของผู้เกี่ยวข้อง ทั้งนี้เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินการจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้ประสบความสำเร็จ

ขอเสนอปัจจัยที่ส่งผลต่อกิจกรรม ซึ่งผ่านการสนทนากลุ่มจากครูแนะแนวที่มีความเชี่ยวชาญด้านการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในแต่ละภูมิภาค ดังนี้



1.10 แนวทางการดูแลและพัฒนาจิตใจของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การปฏิบัติหน้าที่ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาที่มีการใช้ความรู้ ทักษะ ในการให้การปรึกษาเพื่อน จำเป็นต้องอยู่ภายใต้การดูแลอย่างใกล้ชิดของครูแนะแนว ครูที่ปรึกษา แต่หากเมื่อทำหน้าที่ไปสักระยะเวลาหนึ่ง ก็อาจมีภาวะเหนื่อยล้า หรือประสบและเผชิญปัญหาระหว่างการให้การปรึกษา จึงจำเป็นต้องมีการปรึกษา เพื่อพัฒนาใจตน เป็นการนำความรู้ความเข้าใจและทักษะการปรึกษามาใช้ในการพัฒนาตนโดยเริ่มจากการรู้จัก สังเกตและเข้าใจตนเอง สามารถที่จะนำทักษะบางประการในการปรึกษามาคลี่คลายโจทย์หรือปัญหาที่เกิดขึ้นกับ ชีวิตของตนเองได้ อันจะก่อให้เกิดความงอกงามและเห็นคุณค่าในตนเอง มีความพร้อมและความมั่นใจ ทางด้านจิตใจในการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา ซึ่งการคลี่คลายจิตใจของตนเองที่สามารถทบทวน เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาจิตใจที่เป็นผลดี เช่น การใช้วิธีการ SET ใจ (Seeing : ดูใจ / Exploring : ค้นใจ / Ithinking : คิดใคร่ครวญ) โดยการนำแนวคิดตามหลักการจิตตปัญญาศึกษามาใช้ในการพัฒนาจิตใจ ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา พอสรุปแนวคิดได้ว่า ประสบการณ์ในชีวิตของผู้คนล้วนพบสุขทุกข์ตลอดเวลา หมุนเวียนเปลี่ยนไป เมื่อมีเหตุการณ์ต่างมากระทบมักจะปล่อยใจให้เป็นไปตามกระแสความต้องการ ของตน ขาดสติ ขาดความยั้งคิดใคร่ครวญ อันก่อให้เกิดการกระทำที่เป็นปัญหาทั้งทางกาย วาจา และใจ การได้สังเกตใจตนเอง ค้นหาสำรวจเรื่องราวที่เกิดขึ้นอย่างเข้าใจตามความเป็นจริง จะสามารถป้องกัน และแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นกับตนเองได้

ทั้งนี้หากการดูแลและพัฒนาจิตใจของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาหากยังไม่สามารถคลี่คลายได้ด้วยตนเอง ก็มีความจำเป็นต้องประสานงานเครือข่ายที่เกี่ยวข้องในการศึกษา ทำความเข้าใจ และให้ความช่วยเหลือ นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาอย่างต่อเนื่องต่อไป

จากที่กล่าว สรุปได้ว่า กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีความสำคัญต่อระบบดูแลช่วยเหลือ นักเรียนเป็นอย่างมาก เนื่องจากนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) สามารถให้คำแนะนำและให้การปรึกษาแก่เพื่อน ที่ประสบปัญหาต่าง ๆ ได้ ในรูปแบบเพื่อนช่วยเพื่อน ดังนั้น ครู/ครูแนะแนวหรือผู้เกี่ยวข้องที่ต้องการจัด กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องมีความรู้พื้นฐานต่าง ๆ ได้แก่ ความเป็นมาและความสำคัญ ความหมาย บทบาทหน้าที่ เครือข่าย และการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ปัจจัยที่ส่งผลต่อ ความสำเร็จของการจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) รวมถึงแนวทางการดูแลและพัฒนาจิตใจ ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

หน่วยที่ 2

วัยรุ่นกับปัญหาและแนวทางการแก้ไขปัญหา

เด็กและเยาวชนในยุคปัจจุบันได้รับผลกระทบจากปัญหาและสภาพแวดล้อมที่ไม่สร้างสรรค์ในสังคม ส่งผลให้วิถีการดำเนินชีวิตไม่มีคุณภาพ ครอบครัวซึ่งเป็นสถาบันหลักในการดูแลเยาวชนเกิดการเปลี่ยนแปลง ขาดความเข้มแข็งไม่สามารถหล่อหลอมคุณธรรมแก่เด็กและเยาวชนได้ ทำให้เด็กและเยาวชนเกิดความประมาททางจิตใจ มีวิถีชีวิตที่ไม่เหมาะสมเป็นเหตุให้เดินเข้าสู่เส้นทางของความเสี่ยง ดังที่พบข้อมูลว่าเด็กและเยาวชนจำนวนมากต้องคดี จนทำให้เข้าไปในสถานพินิจ โดยคดีที่เด็กกระทำความผิดเป็นอันดับต้น ๆ ได้แก่ คดีทางเพศ ลักทรัพย์ ยาเสพติด ทำร้ายร่างกายผู้อื่น เป็นต้น ดังนั้น ครูซึ่งเป็นผู้รับผิดชอบดูแลช่วยเหลือนักเรียนจึงต้องตระหนักถึงการป้องกันและแนวทางการช่วยเหลือเด็กและเยาวชนอย่างรู้เท่าทันและมีประสิทธิภาพ ทั้งนี้ความรู้เบื้องต้นที่จะช่วยให้ครูสามารถดูแลช่วยเหลือผู้เรียนได้ประกอบด้วย

2.1 ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวัยรุ่น

2.1.1 พัฒนาการของวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษา

วัยรุ่น คือ บุคคลที่มีอายุระหว่าง 11-19 ปี เป็นวัยที่มีความเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กไปสู่ผู้ใหญ่ แต่ไม่สามารถจะกำหนดแน่นอนได้ว่า เริ่มต้นและสิ้นสุดลงเมื่อใด คำจำกัดความคำว่า “วัยรุ่น” มีความหลากหลาย เนื่องจากขึ้นกับความแตกต่างของขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรม ตลอดจนความแตกต่างทางสังคม วัยรุ่น เป็นวัยที่มีพฤติกรรมเสี่ยง มีการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่สภาวะทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เป็นวิกฤตช่วงหนึ่งของชีวิต เนื่องจากเป็นช่วงต่อของวัยเด็กและผู้ใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในระยะต้น ของวัยจะมีการเปลี่ยนแปลงมากมายเกิดขึ้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว ส่งผลต่อความสัมพันธ์ระหว่างวัยรุ่นด้วยกันเองและบุคคลรอบข้าง หากกระบวนการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นไปอย่างถูกต้องตามขั้นตอน จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถปรับตัวได้อย่างเหมาะสม และกระตุ้นให้พัฒนาการด้านอื่น ๆ ดำเนินไปด้วยดี การให้ความหมายของวัยรุ่นตลอดจนการกำหนดช่วงอายุอาจมีความเหลื่อมล้ำกัน การแบ่งช่วงอายุของวัยรุ่น การกำหนดช่วงอายุของการเข้าสู่วัยรุ่น ไม่สามารถกำหนดได้อย่างชัดเจน ทั้งนี้การเลือกใช้เกณฑ์การตัดสินมีความแตกต่างกันในแต่ละทฤษฎีและสังคมที่แตกต่างกัน

โดยทั่วไปจะแบ่งช่วงของวัยรุ่นเป็น 3 ช่วงคือ วัยรุ่นตอนต้น วัยรุ่นตอนกลาง และวัยรุ่นตอนปลาย (พนม เกตุมาน. 2550; กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. 2546) 1) วัยรุ่นตอนต้น อยู่ในช่วงอายุ 10 - 13 ปีเป็นช่วงแรกของการเข้าสู่วัยรุ่น ในช่วงนี้วัยรุ่นจะยังมีพฤติกรรมค่อนข้างไปทางเด็ก เป็นช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทุกระบบ วัยรุ่นจะมีความคิดหมกมุ่นกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย ซึ่งจะส่งผลกระทบไปยังจิตใจทำให้อารมณ์หงุดหงิดและแปรปรวนง่าย 2) วัยรุ่นตอนกลาง อยู่ในช่วงอายุ 14-16 ปี เป็นช่วงที่มีพฤติกรรมก้าวกระหว่างความเป็นเด็กกับผู้ใหญ่ ช่วงนี้วัยรุ่นจะยอมรับสภาพร่างกายที่มีการเปลี่ยนแปลงเป็นหนุ่มเป็นสาวได้ เริ่มมีความคิดที่ลึกซึ้ง ต้องการหาอุดมการณ์ และหาเอกลักษณ์ของตนเอง เพื่อความเป็นตัวของตัวเอง และ 3) วัยรุ่นตอนปลาย อยู่ในช่วงอายุ 17-19 ปี เป็นช่วงเวลาของการตัดสินใจที่จะเลือกอาชีพที่เหมาะสมและเป็นช่วงเวลาที่จะมีความผูกพันกับเพื่อนต่างเพศ

สภาพทางร่างกายเปลี่ยนแปลงเติบโตโดยสมบูรณ์เต็มที่ และบรรลุนิติภาวะในเชิงกฎหมาย พัฒนาการของวัยรุ่น เด็กผู้หญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กผู้ชาย

เอกสารบทนี้ จึงนำเสนอพัฒนาการวัยรุ่นในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย

1) พัฒนาการวัยรุ่นระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 3 (ช่วงอายุ 12 - 15 ปี)

ลักษณะทางร่างกาย

- เด็กส่วนใหญ่เริ่มเข้าสู่วัยหนุ่มสาว สามารถสืบพันธุ์ได้ โดยเฉพาะเด็กหญิงเข้าสู่วัยรุ่นเร็วกว่าเด็กชาย ร่างกายมีการเปลี่ยนแปลง เช่น สะโพกผายออก มีขนขึ้นตามใบหน้า อวัยวะเพศ เป็นเหตุให้เด็กวัยนี้มักมีปัญหาเรื่องการปรับตัว ครูจึงควรสอนเรื่องเพศศึกษา เพื่อให้เด็กรู้จักการปฏิบัติตัวที่ถูกต้อง

- ส่วนสูงกับแขนขาไม่สัมพันธ์กัน มีลักษณะเก้งก้าง ทำอะไรดูขัดตาไปหมด ทั้งนี้เพราะเด็กคำนึงถึงการเปลี่ยนแปลงเรื่องรูปร่าง หน้าตาของตนเองมากเกินไป ครูควรชี้แจงและสร้างความเข้าใจที่ถูกต้องให้เด็ก

- ช่วงแรกชั้น ม.1 - ม. 2 ผู้หญิงยังคงสูงกว่าผู้ชาย

- การทำงานของร่างกายดีขึ้นมาก แต่มีปัญหาการเปลี่ยนแปลงด้านฮอร์โมน

ลักษณะทางสังคม

- เด็กวัยนี้ต้องการอิสระและความเป็นส่วนตัว ปฏิบัติตามข้อตกลงของกลุ่มมากกว่าพ่อแม่หรือผู้ใหญ่ เด็กมักขอแยกห้องหรือขอมิมีมส่วนตัวไม่ต้องการให้พ่อแม่ไปยุ่งเกี่ยว ครูสามารถตอบสนองความต้องการเกี่ยวกับอิสรภาพที่เด็กต้องการได้โดยการร่วมกันวางกฎเกณฑ์ซึ่งเขาจะปฏิบัติตามกฎที่กำหนดเหล่านั้นอย่างเคร่งครัด

- เป็นวัยที่กลุ่มเพื่อนมีอิทธิพลอย่างยิ่ง จะไว้วางใจเพื่อนยิ่งกว่าพ่อแม่ ดังนั้นครูจึงควรให้ความสนิทสนมและเป็นกันเองกับเด็กเพื่อให้เด็กไว้วางใจ

- เป็นวัยที่ขาดความมั่นใจ เด็กจึงมักทำอะไรคล้าย ๆ กับกลุ่มเพื่อให้เป็นที่ยอมรับ เช่น การแต่งกาย การแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ครูควรช่วยให้เด็กเป็นตัวของตัวเองด้วยการให้การยอมรับ ให้กำลังใจ หรือให้เด็กได้แสดงความคิดเห็น

- เด็กหญิงมีพัฒนาการทางสังคมเร็วกว่าเด็กชาย ในช่วงนี้ทางโรงเรียนจึงควรจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการวางตัวและการคบเพื่อนต่างเพศ

- กลุ่มของเด็กวัยนี้มักจะเป็นเพศเดียวกันและมีขนาดค่อนข้างใหญ่

ลักษณะทางอารมณ์

- เด็กในวัยนี้ค่อนข้างเจ้าอารมณ์และมีอารมณ์ไม่แน่นอน ส่วนหนึ่งมาจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายและความสับสนในบทบาทของตนเองว่าเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่กันแน่ อีกทั้งการเปลี่ยนแปลงของฮอร์โมน ดังนั้นครูจึงควรมีความคงเส้นคงวาในการปฏิบัติต่อเด็ก แสดงการยอมรับและให้เกียรติเขาเหมือนเช่นเขาเป็นผู้ใหญ่คนหนึ่ง

- เด็กในวัยนี้จะขาดความมั่นใจในตนเองและมักแสดงพฤติกรรมออกมาในลักษณะต่าง ๆ เช่น ทำเสียงดัง แสดงท่าเป็นผู้นำ หรือยึดความเห็นของตนเองเป็นสำคัญ ดังนั้นครูจึงควรจัดกิจกรรมที่ส่งเสริมให้เด็กเกิดความมั่นใจและภูมิใจในตนเอง

- การแสดงอารมณ์โกรธเป็นเรื่องราวของเด็กวัยนี้ ซึ่งมักจะมาจากความเครียดทางจิตใจ และความไม่สมดุลทางชีวภาพ ครูควรลดการแสดงอารมณ์ของเด็กโดยการสัมผัสตัวเด็กเบาๆ เปลี่ยนเรื่องพูดหรือเริ่มกิจกรรมใหม่

ลักษณะทางสติปัญญา

- ช่วงความสนใจของเด็กวัยนี้นานขึ้น สามารถทำกิจกรรมที่ยาก ๆ ได้ ครูจึงควรมหากิจกรรมที่ทำท้าทายให้เด็กทำ
- เด็กในวัยนี้สามารถเข้าใจสิ่งที่เป็นนามธรรมได้ดีขึ้น โดยเฉพาะในเรื่องศีลธรรมจรรยาต่าง ๆ แต่ทั้งนี้ครูต้องมีความอดทนในการอธิบาย ไม่แสดงอาการเบื่อหน่ายหรือเยาะเย้ยเมื่อเด็กไม่เข้าใจ

2) พัฒนาการวัยรุ่นระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 (ช่วงอายุ 15 – 18 ปี)

ลักษณะทางร่างกาย

- เด็กวัยนี้มีความเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่เต็มที่ และสนใจในร่างกายของตนเองจะหมกมุ่นอยู่กับการแต่งตัว ครูควรให้คำแนะนำที่ดีแก่เด็กวัยนี้
- สุขภาพของเด็กในวัยนี้โดยทั่วไปจะสมบูรณ์เต็มที่ เริ่มมีพัฒนาการทางเพศต่อมต่าง ๆ เจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ครูควรแนะนำในเรื่องการรับประทานอาหารและการพักผ่อนให้เพียงพอ

ลักษณะทางสังคม

- มีลักษณะชอบทำตามกลุ่ม มีการขัดแย้งกับผู้ใหญ่มากขึ้น มีความนิยมหรือคลั่งไคล้อะไรเหมือน ๆ กัน ซึ่งบางครั้งอาจมากเกินไป ดังนั้นครูควรให้คำแนะนำที่เหมาะสมและยอมรับความคิดเห็นของเด็ก
- เด็กวัยนี้จะมีกลุ่มหลายกลุ่มแต่ละกลุ่มมีจำนวนสมาชิกไม่มากนัก
- เด็กผู้หญิงมีความก้าวหน้าในด้านสังคมมากกว่าเด็กผู้ชายในวัยเดียวกัน เริ่มมีความสนใจเพศตรงข้าม มีความคิดเรื่องการมีนัดและการแต่งงาน
- เด็กวัยนี้จะมีการวางตัวดีขึ้น รับผิดชอบต่อสังคมเพิ่มขึ้น อยากเป็นผู้นำ จริงจังกับคำพูดของตนเอง
- ตัวแบบของวัยนี้จะมีลักษณะที่เด็กพิจารณาแล้วว่าสามารถปฏิบัติตามได้ หรือมีความคล้ายคลึงกับเด็ก ไม่เป็นตัวแทนในอุดมคติเหมือนเด็กมัธยมศึกษาตอนต้น

ลักษณะทางอารมณ์

- เด็กวัยนี้มีอิสระมากขึ้น จึงมีปัญหาขัดแย้งกับพ่อแม่อยู่เสมอ ทำให้เกิดช่องว่างระหว่างวัย ครูควรให้ความเห็นอกเห็นใจและให้คำปรึกษาที่ดี
- เด็กวัยนี้จะมีการแสดงออกที่แข็งกร้าว ซึ่งเป็นลักษณะของการเปลี่ยนแปลงจากวัยเด็กสู่ผู้ใหญ่ ครูต้องพยายามเข้าใจพฤติกรรมเหล่านั้น และส่งเสริมให้เขาพิสูจน์ความเป็นผู้ใหญ่ด้วยการทำกิจกรรมที่เขามีความถนัดและสนใจ
- เป็นวัยเพื่อฝัน โดยเฉพาะเพื่อฝันในเรื่องอนาคต ดังนั้น ครูจึงควรจัดกิจกรรมให้เขาได้สำรวจตนเอง เพื่อให้รู้จักและเข้าใจตนเองอย่างแท้จริง

ลักษณะทางสติปัญญา

- เด็กวัยนี้มีพัฒนาการทางสมองสูงเกือบเท่าผู้ใหญ่ เพียงแต่ขาดประสบการณ์ ครูจึงควรเปิดโอกาสให้เด็กได้ทำกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อพัฒนาศักยภาพในตน

- เป็นวัยที่คำนึงถึงการมี “ปรัชญาชีวิต” โดยมุ่งเกี่ยวกับศีลธรรม จรรยา ศาสนา แต่ยังมีความสับสนอยู่ ครูจึงควรเปิดโอกาสให้เด็กได้มีการอภิปรายถึงสิ่งต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิต

2.1.2 ความหลากหลายของวัยรุ่น

นักเรียนแต่ละคนที่มีความแตกต่างเฉพาะตัวไม่มีซ้ำกัน การศึกษาจิตวิทยาความแตกต่างระหว่างบุคคลของนักเรียนเป็นความจำเป็นของครู การที่ครูได้สังเกต ตระหนักถึงความแตกต่างหลากหลายของนักเรียน ได้พิจารณาวิเคราะห์ถึงสาเหตุและธรรมชาติของความแตกต่างเหล่านั้น ส่วนหนึ่งทำให้ความเห็นลักษณะเด่นประจำของนักเรียน จุดแข็ง จุดอ่อน โอกาส ภัยคุกคามหรือปัญหาของเขานำข้อมูลมาเป็นแนวทางในการฝึกนักเรียนได้ ทั้งในพัฒนาการทางการเรียน การอบรมบ่มนิสัยและการแนะแนวให้การปรึกษาปัญหาชีวิตนักเรียน การประสานงานกับครูฝ่ายอื่น ๆ ผู้บริหารชุมชนรวมทั้งพ่อแม่ผู้ปกครองของนักเรียนในการร่วมมือการป้องกันผ่อนคลายและการแก้ไขให้ปัญหาบานปลาย ทั้งหมดที่มีเป้าหมายหลักคือ การฝึกศักยภาพและการสร้างพลังอำนาจให้แก่ตัวนักเรียนโดยภาพรวม

ความหลากหลายของนักเรียน หมายถึง การที่นักเรียนมีภูมิหลังแตกต่างกันและความแตกต่างเหล่านี้ส่งผลต่อสังคมหรือสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนลักษณะพฤติกรรมและการปรับตัว ความหลากหลายของนักเรียนอาจแตกต่างกันไปในแต่ละสังคม วัฒนธรรมและวิถีชีวิต ในภาพรวมความแตกต่างหลากหลายของนักเรียนจะประกอบด้วยความแตกต่างของเขาวินัยปัญหาและความสามารถในการคิด วิธีการเรียน การศึกษาหาความรู้ ความก้าวหน้าในการเรียน ความแตกต่างทางวัฒนธรรมและเชื้อชาติ ศาสนา สถานภาพทางเศรษฐกิจ สังคมและทางครอบครัว ความแตกต่างระหว่างเพศ รวมทั้งความแตกต่างในด้านข้อจำกัดของความสามารถหรือภาวะบกพร่องต่าง ๆ ทั้งทางร่างกาย สุขภาพ และกระบวนการทางจิต เช่น ภาวะบกพร่องทางปัญญา ภาวะบกพร่องของอวัยวะรับรู้สัมผัส ภาวะบกพร่องทางสุขภาพร่างกายและกระบวนการทางจิต รวมทั้งปัญหาส่วนตัวของนักเรียนที่เกิดจากสภาพแวดล้อมในครอบครัว และการเลี้ยงดู ทำให้นักเรียนต่างอยู่ในภาวะเสี่ยง



การศึกษาสังเกตและการวิเคราะห์ข้อมูลความแตกต่างและความหลากหลายของนักเรียนจะเป็นประโยชน์แก่การศึกษา ผู้บริหารสถานศึกษาและครูสามารถนำข้อมูลเหล่านี้เป็นฐานการคิดเพื่อวางระบบการพัฒนาศักยภาพของนักเรียนด้านการจัดทำสาระการเรียนรู้ การจัดทำหลักสูตรของโรงเรียน การจัดบริการแนะแนวการให้การศึกษาและการจัดหาสิ่งอำนวยความสะดวกสนับสนุนการเรียนรู้ การจัดกิจกรรมพัฒนาศักยภาพและเสริมสร้างพลังอำนาจในตนให้แก่เด็กซึ่งทั้งหมด เป็นบทบาทหลักของครู นักบริหารการศึกษาและผู้บริหารชุมชนหรือท้องถิ่นพึงปฏิบัติ สรุปความหลากหลายของวัยรุ่นมี ดังนี้ พันธุกรรม เชื้อชาติ ปัญญา สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม วัฒนธรรม วัยรุ่นที่อยู่ในภาวะเสี่ยงและวัยรุ่นที่มีความต้องการพิเศษ

1) พันธุกรรม

พันธุกรรมเป็นสิ่งที่ได้รับการถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษซึ่งมีลักษณะทางชีวภาพ ทำให้วัยรุ่นมีความแตกต่าง และหลากหลายดังนี้

(1) **เชื้อชาติหรือเผ่าพันธุ์** ได้แก่ เชื้อชาติต่าง ๆ โดยทั่วไปวัยรุ่นที่เชื้อชาติเดียวกันมักมีลักษณะทางกายภาพเหมือนกันหรือคล้ายคลึงกัน ปัจจุบันวัยรุ่นไทยมีความหลากหลายทางด้านเชื้อชาติเผ่าพันธุ์ เช่น วัยรุ่นทางภาคเหนือตอนบน มักจะมีชนเผ่า ชาวเขาเผ่าต่าง ๆ รวมทั้งมีนักเรียนต่างด้าวเชื้อชาติพม่า และไทย เรียนปะปนกับนักเรียนพื้นราบตามโรงเรียนต่าง ๆ นักเรียนบางคนย้ายติดตามผู้ปกครองที่เข้ามาทำงานในตัวเมือง จังหวัดต่าง ๆ

(2) **เชาวน์ปัญญา** นักการศึกษาและครูคุ้นหูกับคำว่าความฉลาด การมีไหวพริบ เชาวน์ปัญญา และ IQ และเรารู้ดีว่าคนที่ฉลาดมาก ๆ ที่ IQ สูง เป็นคนเก่ง มีความสามารถพิเศษเหนือคนอื่นและก็มีอยู่ ไม่มากนักเขาสามารถเป็นผู้นำ เป็นนักประดิษฐ์ เป็นศิลปิน และศิลปินที่มีชื่อเสียงโด่งดังทั่วโลก การเป็นคนฉลาดเป็นคนเก่ง มี IQ สูงจึงเป็นที่ใฝ่ปรารถนาของทุกคนรวมทั้งพ่อแม่ที่อยากให้ลูกของตัวเองเป็นครูและเหมือนกันก็อยากให้ลูกศิษย์ก็ใฝ่ที่จะให้ลูกศิษย์เป็นเช่นนั้นด้วย นักวิจัยทางจิตวิทยาจะให้ข้อสรุปที่เป็นคำนิยามของเชาวน์ปัญญา หรือ Intelligence ในทำนองที่เป็นความสามารถในการเรียนรู้ ความสามารถในการคิดเชิงนามธรรม และความสามารถในการคิดแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์

อย่างไรก็ตามขอให้ข้อคิดแก่ครูว่าเชาวน์ปัญญา มีความสัมพันธ์กับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน หรือเชาวน์ปัญญาเป็นตัวแปร (Variable หรือ Factor) หรือที่ทำให้นักเรียนมีสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนดี ไม่จำเป็นว่าคนที่ IQ สูงจะต้องเรียนดี เรียนเก่งเสมอไป ถ้าเรามีเวลาศึกษาประวัติของคนเด่นคนดังในอดีตจะพบว่า เด็กเหล่านี้ถูกตีตราว่าเป็น “เด็กโง่” สมัยเรียนชั้นอนุบาลประถมศึกษามาแล้ว และครูต้องคิดวิเคราะห์อีกว่าเด็กเรียนได้ดีหรือไม่ดีอาจขึ้นอยู่กับเหตุปัจจัยอื่น ๆ อีก เช่น วิธีสอนของครูและสื่อการสอน สภาพแวดล้อม การเรียนรู้ ความมานะพยายามของนักเรียน ความสามารถในการใช้ภาษาของนักเรียน และสมาธิในการเรียน

(3) **ลักษณะรูปร่างทางกาย** รูปร่างของบุคคลโดยเฉพาะส่วนสูงได้รับการถ่ายทอดจากพันธุกรรมโดยตรง วัยรุ่นหลายคนให้ความสำคัญกับลักษณะรูปร่างทางกายของตนเอง และของผู้อื่น

2) สิ่งแวดล้อม

สิ่งแวดล้อมหมายถึงสิ่งต่าง ๆ ทุกอย่างที่รอบตนเอง เป็นสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงออกโต้ตอบในลักษณะที่ต่างกันไปซึ่งมีอิทธิพลส่งผลต่อการแสดงพฤติกรรมของบุคคล โดยแบ่งเป็น 3 ช่วงเวลา คือ

(1) **สิ่งแวดล้อมก่อนเกิด** หมายถึงสภาพในครรภ์ของมารดาซึ่งมีอิทธิพลต่อการกำหนดพัฒนาการของแต่ละบุคคลเป็นอย่างมาก รวมทั้งสุขภาพร่างกาย โภชนาการของมารดา การได้รับยาและสารเคมี ความเครียด ตลอดจนอุบัติเหตุของมารดาล้วนส่งผลต่อการพัฒนาการของทารกทั้งสิ้น

(2) **สิ่งแวดล้อมขณะเกิด** ขณะคลอด ระบบสมอง และระบบประสาทอาจได้รับอันตรายจากการบีบของช่องคลอด หรือการขาดออกซิเจนทำให้ทารกไม่สามารถเจริญเติบโตได้เต็มตามแผนของพัฒนาการได้

(3) **สิ่งแวดล้อมหลังเกิด** ประสบการณ์ที่ได้รับจากครอบครัว สถานศึกษา ศาสนา และสังคมล้วนมีอิทธิพลและความสำคัญต่อชีวิตของบุคคลเป็นอย่างยิ่ง พฤติกรรมของบุคคลที่มีความแตกต่างกันส่วนหนึ่งเป็นผลมาจากการได้รับประสบการณ์จากสิ่งแวดล้อมหลังเกิด

3) ลักษณะบุคลิกภาพ

บุคลิกภาพ (Personality) คือลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล อันเป็นแบบแผนการดำเนินชีวิต ประกอบด้วยลักษณะทางกายภาพ ชีวภาพ และจิตวิทยา ทั้งที่เป็นพฤติกรรมภายนอกและภายใน ทั้งนี้บุคลิกภาพประกอบขึ้นจากพันธุกรรม และสิ่งแวดล้อมของแต่ละเฉพาะบุคคล ดังนั้น บุคลิกภาพจึงเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคล บุคลิกภาพที่แตกต่างกันทำให้พฤติกรรมและสัมพันธภาพของแต่ละบุคคล เช่น บางคนชอบเข้าสังคม ช่างเจรจา แต่บางคนไม่ชอบความวุ่นวายจึงอยู่ตามลำพัง บุคลิกภาพผู้เรียนในสถานศึกษามีความหลากหลายกันซึ่งขึ้นอยู่กับปัจจัยต่าง ๆ

4) สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม

ตัวแปรสำคัญอีกประการที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียนของนักเรียน คือสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัวนักเรียน สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม ของครอบครัวเกิดจากอาชีพ รายได้ระดับการศึกษาของพ่อแม่ ตำแหน่งหน้าที่ทางสังคมของพ่อแม่ สถานภาพ ทางเศรษฐกิจและสังคมเป็นตัวแปรทำนายเขาวนปัญญา ระดับสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน การออกจากโรงเรียนกลางคัน และลักษณะพฤติกรรมฝ่าฝืนระเบียบของโรงเรียน สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัว มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการของนักเรียนในด้านต่าง ๆ เช่น

4.1) ความเจริญเติบโตทางร่างกาย สุขภาพและประสบการณ์ชีวิต

4.2) ความรู้สึกอบอุ่นใจสัมพันธ์ภาพที่ดีในครอบครัว

4.3) เจตคติและค่านิยมต่อชีวิต สิ่งแวดล้อม การศึกษาและการดำรงชีวิตที่มีคุณภาพ ปัญหาต่าง ๆ ในครอบครัวที่เกิดจากรากฐาน รายได้ของพ่อแม่ ความสัมพันธ์ของพ่อแม่และชุมชนที่เด็กอาศัยอยู่ ทำให้นักเรียนมีความรู้สึกนึกคิดในทางบวกและทางลบต่อตนเอง การมีความเชื่อมั่นในตนเอง การกระตือรือร้นที่จะมีส่วนร่วมในการเรียนรู้และกิจกรรมที่โรงเรียนจัดให้แสดงความรับผิดชอบต่องานในหน้าที่ต่าง ๆ ที่ได้รับมอบหมาย โดยปกติแล้วนักเรียนที่มาจากครอบครัวที่อบอุ่นจะเป็นคนที่มีความภาคภูมิใจในตัวเองดี ตระหนักรู้คุณค่าแห่งตน ยอมรับตนเองและผู้อื่น เป็นเด็กมีมนุษยสัมพันธ์ มีกำลังใจตั้งใจเรียน ในทางตรงกันข้ามเด็กที่ขาดความรักความอบอุ่นจากบรรยากาศในครอบครัว จะเป็นเด็กที่มีพฤติกรรมเรียกร้องความสนใจสูง วางตัวทำลายสมบัติส่วนกลาง ต้องการกำลังใจจากครูมาเป็นพิเศษ และมีความรู้สึกที่ตัวเองต้องได้รับความสำคัญในอันดับแรก ๆ ในกิจกรรมการเรียนการสอนเด็กที่มาจากครอบครัวที่อบอุ่น จะเป็นผู้ตั้งคำถามแสดงความคิดเห็นมากกว่า ในขณะที่เด็กที่มาจากครอบครัวที่ไม่อบอุ่น มักต้องการกำลังใจ การปลอบโยนและต้องการรางวัลเป็นสิ่งล่อใจ เพื่อให้เกิดการกระทำ

ผลจากการศึกษาสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในประเด็นนี้แสดงให้เห็นว่านักเรียนที่มีภูมิหลังครอบครัวจากฐานะเศรษฐกิจและสังคมไม่ดี จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลือดูแลเป็นพิเศษ เพื่อส่งเสริมให้เขาประสบความสำเร็จในการศึกษาเล่าเรียนและการดำเนินชีวิต

5) วัฒนธรรม

วัฒนธรรมเป็นวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น เป็นสิ่งที่ระบุถึงเจตคติค่านิยม ความเชื่อ และการประเพณีปฏิบัติตามแนวทางของกลุ่มหรือชุมชนที่เป็นสมาชิกอยู่ การแสดงออกของวัฒนธรรมแสดงออกทางการพูด อาหารการกิน การแต่งกาย ความเชื่อความศรัทธาในศาสนาหรือลัทธิความเชื่อ ประเพณีนิยม ความรู้สึกชอบหรือไม่ชอบ การกระทำของเราจะถูกควบคุมด้วยวัฒนธรรม ดังนั้นเมื่อเราพูดถึงวัฒนธรรมก็มักจะผูกโยงเข้ากับชาติพันธุ์ ศาสนา วิถีชีวิต ความเชื่อมันนั้น ๆ ในกลุ่มของวัฒนธรรมอาจมีวัฒนธรรมย่อยแตกสาขาออกไปอีก เช่น เมื่อพูดถึงคนไทยก็อาจมีคนไทยหลายกลุ่มทางไทยภูเขา ไทยพุทธ ไทยมุสลิม คนไทยภาคกลาง คนไทยภาคอีสาน หรือคนเมืองเหนือ คนไทยภูเขาก็ยังแบ่งออกเป็นกลุ่มย่อย ๆ ตามลักษณะความเชื่อ การยึดถือประเพณีนิยม แต่ทั้งหมดนี้ก็จะแสดงออกมาในลักษณะพฤติกรรม ความประพฤติกและลักษณะนิสัย เมื่อนักเรียนมาโรงเรียนก็นำสิ่งเหล่านี้ติดตัวมา ลักษณะติดตัวทางวัฒนธรรมส่งผลต่อสัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ลักษณะความประพฤติ อุปนิสัยและการควบคุมการมีวินัยในตนเอง รวมทั้งการใส่ใจต่อส่วนร่วม ลักษณะทางวัฒนธรรมส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง การแข่งขัน และการเรียนภาษา

ผลจากการศึกษาสังเกตและความหลายของวัฒนธรรมนำไปใช้เป็นข้อมูลในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนและการพิจารณานักเรียนโดยยึดหลักความหลากหลายทางวัฒนธรรม การศึกษาเป็นกระบวนการถ่ายทอดและการเรียนรู้ทางวัฒนธรรมด้วย ดังนั้นการให้ความเคารพในความเชื่อประเพณีนิยมจึงเป็นสิ่งสำคัญ ควรจัดกิจกรรมให้นักเรียนยอมรับในความแตกต่างของความเชื่อและแนวปฏิบัติเหล่านี้และปรับตัวให้เข้ากันได้ เรียนรู้ซึ่งกันและกัน ยกย่องให้เกียรติซึ่งกันและกัน ในขณะเดียวกันก็พึงระวังในข้อกำหนดหรือข้อห้ามทางความเชื่อที่จะป้องกันมิให้มีการละเมิดซึ่งกันและกัน การให้ความร่วมมือการจัดกิจกรรมให้แก่กลุ่ม ซึ่งกันและกัน และมีความพร้อมที่จะเรียนรู้วัฒนธรรมที่แตกต่างไปจากของตน ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นสาเหตุสำคัญที่นำไปสู่การป้องกันความขัดแย้งทางวัฒนธรรม

6) ความแตกต่างระหว่างเพศ

ในการเรียนการสอนนักเรียนหญิงกับนักเรียนชายมีความแตกต่างกันหลายประเด็น ในแง่กายภาพเราเห็นได้ชัดเจนถึงความแตกต่างของเพศหญิงและเพศชายจากการแต่งกาย ลักษณะโครงสร้างของร่างกาย นอกจากนี้เรายังพบว่าชายและหญิงยังมีความแตกต่างทางบุคลิกภาพ สัมฤทธิ์ผลทางการเรียน ความคิด ความสนใจ การเลือกอาชีพ และปัญหาชีวิต

โดยภาพรวมเมื่อครูได้สังเกตพฤติกรรมความแตกต่างของนักเรียนหญิงและนักเรียนชาย นอกเหนือจากสังเกตความเจริญโตทางร่างกายตามวัยแล้วก็ควรศึกษาถึงลักษณะพฤติกรรมทางสังคมของเด็กหญิงเด็กชายเหล่านี้และวิเคราะห์ดูว่า การที่นักเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีความคิดและความสนใจในการเรียนต่างกันมีลักษณะพฤติกรรม อุปนิสัย ค่านิยม ทศนคติแตกต่างกันเหล่านี้เป็นผลมาจากความแตกต่างระหว่างเพศหรือจากตัวแปรอื่น ๆ อีก และเมื่อเป็นครูผู้สอนจริง ๆ แล้ว เราจะนำข้อมูลเหล่านี้มาประกอบการพิจารณาในการจัดทำหลักสูตร จัดทำสาระการเรียนรู้ การจัดสภาพแวดล้อม

กิจกรรมการเรียนการสอนการแนะแนว ให้ได้อย่างเหมาะสมและส่งเสริมพัฒนาการของความเป็นห่วง
ความเป็นชายได้อย่างไร

7) นักเรียนที่อยู่ในภาวะเสี่ยง ลักษณะของนักเรียนที่อยู่ในภาวะเสี่ยงมีดังนี้

7.1) ตัวแปรด้านภูมิหลัง

- สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของครอบครัวอยู่ในลักษณะต่ำ ฐานะยากจนพ่อแม่มีลูกมาก
- อยู่ในเมืองใหญ่ขาดที่อยู่อาศัย
- อยู่ในชนบทห่างไกลทำให้ยากต่อการมาโรงเรียน
- เป็นชนกลุ่มน้อย
- ภาษาพูดที่ชุมชนไม่เป็นภาษาเดียวกับที่โรงเรียน
- ครอบครัวหย่าร้างพ่อแม่ไม่พร้อมที่จะมีลูกแต่มีลูก
- ครอบครัวประสบปัญหาจากภัยอุบัติเหตุ อุทกภัย
- ปัญหาชุมชนแออัด อยู่ในชุมชนที่มีอาชญากรรม/การเสพยาเสพติดให้โทษ/การพนัน
- พ่อแม่มีการศึกษาดำหรือขาดวิสัยทัศน์ทางการศึกษา
- เด็ก ๆ ในภาวะสงคราม การขัดแย้งทางการเมือง

7.2) ตัวแปรทางการเรียนการศึกษาและความประพฤติ

- การออกจากระบบการศึกษากลางคัน เรียนไม่จบหลักสูตร
- ใช้เวลาในการเรียนนานกว่าปกติ
- ผลการเรียนต่ำ
- ไม่ใส่ใจการเรียน ไม่สนใจกิจกรรม ไม่ให้ความร่วมมือกับครู
- แรงจูงใจต่ำ ขาดความมานะอดทน
- ขาดเรียนบ่อย ทำผิดระเบียบทางโรงเรียน แต่งตัวไม่เรียบร้อย
- ใจลอย สมาธิไม่ดี เก็บตัว ขี้อาย ขาดความภาคภูมิใจในตนเอง
- มีแนวโน้มการใช้สารเสพติด
- ก้าวร้าว ขวนขวาย เป็นต้นเหตุในความขัดแย้ง
- มีปัญหากับครูและเพื่อนในชุมชน

8) ประโยชน์ของความหลากหลายของวัยรุ่น

โดยทั่วไปบุคคลมักเข้าใจว่าความแตกต่างและความหลากหลายของมนุษย์เป็นเรื่องความขัดแย้ง
จึงไม่มีประโยชน์ หรือคุณค่า แต่แท้จริงแล้วท่ามกลางความแตกต่าง และความหลากหลายของมนุษย์นั้น
กลับมีประโยชน์ ซึ่งประโยชน์สำคัญคือการอยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข เพราะความหลากหลายสามารถตอบสนอง
ความต้องการและเติมเต็มความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ของบุคคลได้ อีกทั้งความหลากหลายยังทำให้สังคม
เกิดความสวยงามด้านมนุษยศาสตร์ ครูและสถานศึกษา สามารถวิเคราะห์และจัดการความหลากหลาย
ได้อย่างมีประสิทธิภาพจะทำให้ได้ข้อมูลสภาพปัญหา ความต้องการของผู้เรียนที่จะใช้พัฒนา ส่งเสริม และแก้ไข
ผู้เรียนให้เกิดความงอกงามเต็มตามศักยภาพได้ ทั้งสามารถปฏิบัติหน้าที่ครูได้อย่างเป็นครูมืออาชีพ

ความหลากหลายของมนุษย์มีประโยชน์สรุปได้ ดังนี้ (เจษฎา บุญมาโฮม. 2562)

- 8.1) การพัฒนาคุณธรรมประจำตน
- 8.2) การพัฒนาความเป็นกัลยาณมิตร
- 8.3) การจัดการศึกษา
- 8.4) ออกแบบการจัดการเรียนรู้ที่เหมาะสมกับผู้เรียน
- 8.5) การเตรียมความพร้อม
- 8.6) การพัฒนาพฤติกรรมของผู้เรียน
- 8.7) การเพิ่มประสิทธิภาพงาน
- 8.8) การอยู่ร่วมกันอย่างมีประสิทธิภาพและมีความสุข

จากที่กล่าวมาสรุปได้ว่าความหลากหลายของมนุษย์มีประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิต และการอยู่ร่วมกันของบุคคลอย่างยิ่ง และเมื่อพิจารณาถึงประโยชน์และมนุษย์นำมาใช้พัฒนาตนเอง และสถานศึกษาแล้วนั้น ล้วนเกี่ยวข้องกับมนุษย์สัมพันธ์เป็นอย่างยิ่ง เพราะมนุษย์สัมพันธ์เป็นพื้นฐานของการดำเนินการดังที่ได้นำเสนอมา (เจษฎา บุญมาโฮม. 2562)

2.1.3 ความต้องการของวัยรุ่น

วัยรุ่นเป็นวัยที่สภาวะทางร่างกายและจิตใจมีการเจริญเติบโตอย่างเต็มที่มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกาย เป็นช่วงรอยต่อระหว่างเด็กไปเป็นผู้ใหญ่ ดังนั้นวัยรุ่นนี้เขาจะต้องการการยอมรับในสังคม ทั้งครอบครัว เพื่อนฝูง ตลอดจนสังคมภายนอก บางคนจึงมีพฤติกรรมก้าวร้าว มีการประพฤติไปในแนวทางบวก หรือลบบางคนก็กลัวจนหลบหลีกปัญหาในสังคม วัยรุ่นทุกคนเกิดมาต่างพ่อต่างแม่ ต่างประสบการณ์ ต่างสิ่งแวดล้อม ต่างการเลี้ยงดู ต่างขนบธรรมเนียมประเพณี ความต้องการของวัยรุ่นแต่ละคนก็ต่างกัน แต่วัยรุ่นเป็นมนุษย์ธรรมดาทั่วไปที่มีความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามลำดับขั้น 8 ขั้นความต้องการตามขั้นของมาสโลว์ (Maslow's Hierarchy of Needs) (Maslow. 1970) ดังนี้

ขั้นที่ 1 Physiological Needs ความต้องการพื้นฐาน หรือที่เรียกว่าปัจจัย 4

ขั้นที่ 2 Safety Needs ความต้องการด้านความปลอดภัย

ขั้นที่ 3 Love and Belonging Need ความต้องการทางด้านความสัมพันธ์ ความต้องการด้านความสัมพันธ์นี้ไม่ได้หมายถึงคู่ครองเสมอไป แต่รวมไปถึงกลุ่มเพื่อนด้วย

ขั้นที่ 4 Esteem Need ความต้องการการยอมรับ ซึ่งมีความคล้ายคลึงกับขั้นที่ 3 เช่นเดียวกับขั้นที่ 2 เสริมขั้นที่ 1 ขั้นที่ 4 ก็เสริมขั้นที่ 3 เช่นเดียวกัน กล่าวคือในตอนแรกที่เราต้องการการยอมรับจากกลุ่ม

ขั้นที่ 5 Cognitive Need ความต้องการความรู้ ขั้นนี้เป็นขั้นที่เราต้องการความรู้จะอะไรบ้างอย่าง

ขั้นที่ 6 Aesthetic Need ความต้องการความงาม ในขั้นนี้เราจะมองเห็นความงามในสภาพแวดล้อม เพื่อให้เรารู้สึกจรรโลงใจ ไม่ใช่เรามองเห็นความสวยงามของท้องทะเลแล้วเรารู้สึกพอใจ แต่มันจะเริ่มจากการมองเห็นความงามของโลกนี้

ขั้นที่ 7 Self-Actualization Need ความต้องการค้นพบอัตลักษณ์แห่งตน เรารู้ว่าเราคือใคร ตั้งคำถามกับตนเอง

ขั้นที่ 8 Transcendence Need ความต้องการอยู่เหนือสามัญสำนึก

จากความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ วัยรุ่นยังมีความต้องการมากกว่าในวัยต่าง ๆ และจะแสดงออกให้เห็นได้ชัดเจน และต้องการการตอบสนอง ถ้าวัยรุ่นไม่ได้ตั้งใจที่ตนปรารถนาจะมีพฤติกรรมออกมารุนแรง ลักษณะความต้องการที่สำคัญและเห็นชัดสำหรับวัยนี้ คือ

- 1) ความต้องการรับผิดชอบตนเอง และความต้องการเป็นอิสระ ความต้องการนี้เป็นไปตามธรรมชาติ เพื่อเตรียมตัวเป็นผู้ใหญ่ แต่การแสดงออกมักเกิดความขัดแย้งกับผู้ใหญ่เสมอ
- 2) ความต้องการได้รับการยอมรับนับถือจากเพื่อนและสังคม ทำตามเพื่อนเพื่อให้ยอมรับเป็นพวกเดียวกัน เป็นการแสดงออกในลักษณะเห็นเพื่อนดีกว่าพ่อแม่ ญาติพี่น้อง
- 3) ความต้องการแสวงหาความรู้ และประสบการณ์ใหม่ เนื่องจากร่างกายและจิตใจมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ความเป็นไปตามธรรมชาติทำให้อยากรู้อยากเห็น อยากรู้ในสิ่งที่ไม่เคยทำการถูกห้ามจึงเท่ากับเป็นการกระตุ้น หรือยั่วยุให้ต้องการมากขึ้น
- 4) ความต้องการความรักความอบอุ่นและเป็นที่รักของผู้อื่น เป็นการหาที่พึ่งมาเสริมความมั่นคงในจิตใจตนเอง
- 5) ความต้องการแสดงความสามารถของตนออกมา ความอยากเด่น อยากลอง อยากให้ผู้อื่นยกย่องเป็นลักษณะเฉพาะของวัยรุ่น
- 6) ความต้องการช่วยเหลือผู้อื่นมีความกระตือรือร้นที่จะช่วยเหลือผู้อื่นสูงมาก
- 7) มีความต้องการทางเพศ ลักษณะเป็นความต้องการระบายความกดดัน ความตึงเครียดทางเพศ เนื่องจากถูกกระตุ้นจากฮอร์โมนทางเพศ

ความต้องการที่จำเป็นของวัยรุ่นนอกจากที่กล่าวมาแล้ว สมาคมศึกษาแห่งชาติ (National Education Association) ของสหรัฐอเมริกาได้ค้นคว้ารวบรวมความต้องการของวัยรุ่นไว้ได้สรุปว่าเด็กวัยรุ่นทุกคนมีความต้องการ 10 ประการ (Ten Temperative Needs of Youth)

1) วัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะปรับปรุงสมรรถภาพในการทำงานให้ดียิ่งขึ้น เพื่อจะได้มีส่วนในการผลิตเครื่องอุปโภคบริโภค ด้วยเหตุนี้เด็กหนุ่มสาวส่วนมากจึงต้องมีผู้คอยแนะนำช่วยเหลือในขณะทำงานมาก ๆ เท่ากับการศึกษาวิชาความรู้ในโรงเรียน เพื่อสนองความต้องการข้อนี้ในโรงเรียนมัธยมศึกษา จึงควรจัดหลักสูตรให้มีประสบการณ์ เพื่อช่วยให้เด็กได้เข้าใจในกิจกรรมต่าง ๆ จัดสอนวิชาอาชีพศึกษาควบไปกับวิชาสามัญศึกษา หรือจัดให้นักเรียนได้รับการฝึกฝนวิชาชีพ โดยแบ่งเวลาเรียนออกไปปฏิบัติงานนอกโรงเรียน นอกจากนี้ อาจจะจัดให้นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจการของชุมชน จัดให้นักเรียนมีโอกาสดำเนินการเองด้วยการหางานให้นักเรียนทำในระหว่างปิดภาคเรียนและควรจัดให้มีโครงการแนะแนวขึ้น เพื่อนักเรียนแต่ละคนจะได้ทราบถึงความต้องการ ความสามารถของตนเกี่ยวกับงานอาชีพในอนาคตต่อไป

2) วัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะรักษาสุขภาพให้สมบูรณ์ ฉะนั้น เพื่อสนองความต้องการข้อนี้ โรงเรียนจึงควรจัดสถานที่ เครื่องใช้ ให้มุ่งไปในทางส่งเสริมสุขภาพของนักเรียน จัดให้มีพยาบาลหรือแพทย์ประจำอยู่ที่โรงเรียน เพื่อที่จะได้ตรวจสุขภาพของนักเรียนอยู่เสมอ จัดโรงอาหารขึ้นเองเพื่อที่จะได้ปรุงอาหารที่ถูกสุขลักษณะ และตรงกับความต้องการของร่างกายของเด็กวัยรุ่น เป็นต้น

3) วัยรุ่นทุกคนมีความต้องการที่จะเข้าใจสิทธิและหน้าที่ของพลเมืองในระบอบประชาธิปไตย ในฐานะที่เด็กวัยรุ่นเป็นสมาชิกคนหนึ่งในสังคมประชาธิปไตย ย่อมต้องการที่จะมีความเข้าใจว่าตนมีสิทธิและหน้าที่เช่นไรต่อสังคม เพื่อที่จะได้ปฏิบัติตนให้เหมาะสมกับสิทธิหรือข้อผูกมัดที่ตนมีอยู่ เพื่อสนอง

ความต้องการข้อนี้ โรงเรียนจึงควรให้นักเรียนแต่ละคนมีความรู้สึกว่าตนเป็นคนสำคัญคนหนึ่งของโรงเรียนของชั้น ของห้อง และมีส่วนร่วมในการบริหารงานของชั้น ให้นักเรียนแต่ละคนมีโอกาสแสดงตน แสดงความสามารถให้ปรากฏแก่เพื่อนฝูงโดยไม่คำนึงถึงฐานะ เชื้อชาติและศาสนา จัดให้มีสถานักเรียน โดยให้เลือกผู้แทนเข้ามา และมอบความรับผิดชอบบางอย่างให้สถานักเรียนเป็นผู้ดำเนินการภายใต้ความควบคุมดูแลของครู จัดให้นักเรียนได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ ของชุมชนและของชาติ เพื่อจะได้เพิ่มพูนความสนใจในปัญหาชีวิตประจำวัน ให้นักเรียนมีความคิดสร้างสรรค์ รู้จักแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันโดยเสรี และให้รู้จักยอมรับความคิดเห็น ของบุคคลอื่น

4) วัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะเข้าใจความสำคัญของครอบครัว และปัจจัยต่าง ๆ ที่จะนำมาซึ่งความสุขแห่งครอบครัว เนื่องจากเด็กวัยนี้เริ่มจะเป็นผู้ใหญ่แล้ว เริ่มสนใจในชีวิตครอบครัว การครองเรือน การดำเนินชีวิต จึงมีความอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับความสัมพันธ์ทางเพศ เพื่อสนองความต้องการทางด้านนี้ โรงเรียนจึงควรจัดสหศึกษาให้มีขึ้นในชั้นมัธยม เพื่อให้เด็กหนุ่มสาวได้ทำงานร่วมกัน สร้างสัมพันธ์ภาพ และเรียนรู้ซึ่งกันและกัน ซึ่งจะนำไปสู่การเลือกคู่ครองอย่างเหมาะสมถูกต้อง จัดให้นักเรียนได้เข้าใจในหน้าที่ของครอบครัวและความรับผิดชอบต่าง ๆ ต่อกัน ระหว่างสามีภรรยาและต่อสมาชิกทุกคนในครอบครัว จัดให้นักเรียนได้ศึกษาปัญหาส่วนตัวและส่วนสังคม เกี่ยวกับพัฒนาการของร่างกาย เพื่อที่จะได้ปรับปรุงตัวให้เหมาะสมกับเพศตรงข้าม นอกจากนี้ ควรจัดสอนเพศศึกษาขึ้นในโรงเรียนเพื่อเป็นรากฐานในการศึกษา การปฏิบัติ และเทคนิคในการครองเรือน เป็นต้น

5) วัยรุ่นทุกคนต้องการทราบถึงวิธีจ่ายและใช้สิ่งของ ตลอดจนบริการต่าง ๆ อย่างฉลาด กล่าวคือ ต้องการขบคิดปัญหาทางเศรษฐกิจของตน เป็นผู้บริโภคสิ่งที่เป็นประโยชน์ เด็กวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น เด็กจึงต้องพบกับปัญหาทางเศรษฐกิจ ทำให้เกิดความต้องการที่จะทราบถึงวิธีที่ดี ในการซื้อสินค้า การรับบริการของสังคมต่าง ๆ เป็นต้น ในการสนองความต้องการในข้อนี้ โรงเรียนควรจัดหลักสูตรหรือสอนให้นักเรียนรู้ในเรื่องการใช้จ่ายทรัพย์สินที่หามาได้ด้วยความมานะให้สมดุลกับรายได้และรู้จักมัธยัสถ์ด้วย นอกจากนี้ควรจะให้เด็กมีความรู้เรื่องการจัดการทรัพย์สินที่มีอยู่แล้วอย่างชาญฉลาด ให้นักเรียนได้ทราบถึงวิธีการที่จะซื้อของในราคาถูกแต่มีคุณภาพสูง ให้นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับเศรษฐกิจเบื้องต้นว่าสินค้าที่มีความต้องการมากย่อมมีราคาแพง ต้องรู้ย่านตลาดการค้า แหล่งวัตถุดิบ ควรให้นักเรียนรู้จักใช้และสงวนทรัพยากรตามธรรมชาติอันเป็นปัจจัยสำคัญของการผลิต เช่น ป่าไม้ สัตว์ พืชพันธุ์ และสัตว์น้ำ เป็นต้น ให้นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับกฎหมาย การเปลี่ยนแปลง การดำเนินงาน การจักรระบบต่าง ๆ ทางธุรกิจ และเศรษฐกิจของสังคม เช่น การจัดเกี่ยวกับสหกรณ์ และออมสิน ผูกให้เด็กเป็นนักบริหารที่ดี ทำงานเพื่อส่วนรวม ให้นักเรียนซาบซึ้งถึงปรัชญาการดำรงชีวิตที่ว่า ชีวิตที่มีความสมบูรณ์ได้นั้น จะต้องทำงานอย่างเข้มแข็งสม่ำเสมอ ไม่เป็นคนว่างงาน และไม่ประมาทในการทำงาน

6) วัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะเข้าใจถึงวิธีการทางวิทยาศาสตร์ และความเจริญอันสำคัญทางวิทยาศาสตร์ที่มีอิทธิพลต่อชีวิตประจำวันของมนุษย์เรา ตลอดจนความจริงต่าง ๆ ตามธรรมชาติ ทั้งนี้เพราะในปัจจุบันวิทยาศาสตร์เข้ามาเกี่ยวข้องกับชีวิตประจำวันของมนุษย์มากมาย ความเจริญทางวิทยาศาสตร์ทำให้มนุษย์มีอารยธรรมสูงขึ้น มนุษย์จะต้องตามให้ทันกับความเจริญอันรวดเร็วนี้ ในการสนองความต้องการของเด็กวัยรุ่นในข้อนี้ ทางโรงเรียนควรจัดแนวการสอนให้นักเรียนรู้จักตั้งปัญหา พิจารณาหาวิธีแก้ไขปัญหา ค้นคว้าหาเหตุผล หาหลักฐานประกอบการพิจารณา รู้จักตัดสินใจ คิดอย่างมีเหตุผล

รู้จักยอมรับความคิดเห็นของผู้อื่น มีความเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยในความเชื่อต่าง ๆ รู้จักเปลี่ยนใจได้ตาม ประจักษ์พยานกับหลักวิชาที่ถูกต้อง ให้นักเรียนรู้จักหาเหตุผลในการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ ให้มีความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศ ไม่หลงเชื่อมโนมายและปฏิบัติไปโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์ ให้นักเรียนรู้จักหา เหตุผล คั่นคว้าและบันทึกเกี่ยวกับปรากฏการณ์ตามธรรมชาติและสิ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน ให้นักเรียนรู้จัก ขจัดความกลัวในสิ่งที่ไร้เหตุผลและการเชื่อโชคลางต่าง ๆ ให้หมดสิ้นไป ให้นักเรียนรู้จักแก้ปัญหาของตนเอง โดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์ รู้จักนำเอาความรู้ทางวิทยาศาสตร์มาใช้ให้มีประโยชน์ในชีวิตประจำวัน เข้าใจถึง อิทธิพลของวิทยาศาสตร์ที่มีต่อสิ่งแวดล้อมและความเจริญของงานต่าง ๆ นอกจากนี้โรงเรียนควรจัดหาอุปกรณ์ การสอน เครื่องทดลองวิทยาศาสตร์ไว้ให้นักเรียนอย่างครบครัน และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้มีส่วนร่วม และแสดงออกทางวิทยาศาสตร์อย่างทั่วถึงกัน

7) วัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะหาซึ่งในรสแห่งวรรณคดี ดนตรี ศิลปะ และธรรมชาตีก้าวคือการ การ รู้ถึงคุณค่า มองเห็นความงดงามและความไพเราะของสิ่งเหล่านั้น เนื่องจากวัยรุ่นไม่ชอบเล่นตลอดเวลา เหมือนเด็กเล็ก จึงทำให้มีเวลาว่างมาก การที่เด็กมีเวลาว่างมาก ๆ อาจจะทำให้เกิดความวุ่นวายใจได้ เด็กจึงอยากใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคม จึงควรที่จะได้รับคำแนะนำที่ถูกทาง อาจจัดให้ เด็กมีงานทำในเวลาว่างหรือทำงานอดิเรกที่เหมาะสมก็ได้ เพื่อสนองความต้องการในข้อนี้ โรงเรียนควรจัด ให้มีการทดสอบความถนัดตามธรรมชาติของเด็กขึ้น และจัดกิจกรรมส่งเสริมความถนัดของเด็ก เช่น แสดงละครเวที ใ้ตัวที่ อภิปราย ทำหนังสือพิมพ์ของชั้นหรือของโรงเรียน จัดให้มีการประกวดวาดภาพ ร้องเพลง เรียงความ ประกวดภาพถ่าย เป็นต้น ควรจัดให้มีวิชาเลือก วิชาบังคับเกี่ยวกับศิลปะ ดนตรี และ วรรณคดีไว้ในหลักสูตร เพื่อให้นักเรียนได้ศึกษาค้นคว้าอย่างกว้างขวางตามความต้องการ ให้นักเรียน ได้พักผ่อน หย่อนใจ ใช้เวลาว่างศึกษาความงามของธรรมชาติเท่าที่ควร เช่น ชมโบราณสถาน ชมทิวทัศน์ และ ธรรมชาติ นอกจากนี้อาจจะเชิญผู้เชี่ยวชาญทางศิลปะ เช่น นักวาดเขียน นักประพันธ์ นักดนตรี ศิลปิน มาให้คำแนะนำ เพื่อให้เด็กมองเห็นแนวทางที่ตนชอบมากขึ้น

8) วัยรุ่นต้องการที่จะมีความสามารถในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์อย่างดีและรู้จักแบ่งเวลา นั้น ให้สมดุลกับกิจกรรมต่าง ๆ ของเขา เพื่อสนองความต้องการข้อนี้ โรงเรียนควรที่จะทดสอบความถนัด ตามธรรมชาติของเด็กแต่ละคนเพื่อจะแนะแนวทางการใช้เวลาว่างของเขาให้บรรลุประโยชน์อย่างดี ด้วยการ จัดอุปกรณ์การสอนต่าง ๆ ที่เด็กสนใจ จัดสถานที่ให้อากาศถ่ายเทได้สะดวก จัดให้นักเรียนได้ปรับปรุงทักษะ และความสามารถอื่นๆ ด้วยการทำงานในเวลาว่าง จัดการสอนวิชาวัฒนธรรม ศิลธรรมและหน้าที่พลเมือง ภาควิปฏิบัติในเวลาว่างของนักเรียน ด้วยการเชิญผู้เชี่ยวชาญมาบรรยายและปฏิบัติให้ดู ฝึกให้เด็กเป็นนักสะสม เช่น เก็บเปลือกหอยชนิดต่าง ๆ และสะสมแสตมป์ เป็นต้น

9) วัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะปรับปรุงความเคารพต่อผู้อื่น และมีความสามารถดำรงชีวิตอยู่ และทำงานร่วมกับบุคคลอื่น เพื่อสนองความต้องการข้อนี้ ควรคำนึงถึงความต้องการที่จะมีความเสมอภาค ต้องการความเป็นมิตร โรงเรียนควรที่จะจัดให้มีการร่วมมือกันอย่างใกล้ชิดระหว่างโรงเรียนกับตัวเด็ก คือ พยายามชมเชยและส่งเสริมเด็กที่แสดงกิจกรรมต่าง ๆ ออกมาในทางที่ดีงาม จัดให้นักเรียนได้วางแผนงาน และทำงานร่วมกัน ให้รับผิดชอบในหน้าที่ของตน และให้งานของแต่ละพวกเกี่ยวข้องถึงกัน จัดให้นักเรียน

มีประสบการณ์ในกิจกรรมต่าง ๆ ของโรงเรียน บ้านและชุมชน เช่น จัดการละเล่นของนักเรียนบนเวที การออกบัตรเชิญแขกผู้มีเกียรติเข้าชม โดยให้นักเรียนจัดการกันเอง เพื่อให้รู้จักการเข้าหาผู้ใหญ่

10) วัยรุ่นทุกคนต้องการที่จะปรับปรุงความเสมอภาคในการคิดอย่างมีเหตุผล และมีความสามารถในการที่จะแสดงความคิดเห็นของตนได้อย่างแจ่มแจ้ง สามารถอ่านและฟังได้อย่างเข้าใจ เพื่อสนองความต้องการข้อนี้ โรงเรียนควรจัดให้นักเรียนทุกคนปรับปรุงวิธีแก้ปัญหา โดยวิธีอภิปราย และครูสรุปเป็น กฎเกณฑ์ที่ถูกต้อง จัดให้นักเรียนได้ใช้การอ่านเป็นบ่อเกิดแห่งความรู้ ซึ่งจัดเป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นอย่างเสรี

ความต้องการของวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ผู้ใหญ่ทุกคนควรทำความเข้าใจโดยไม่มีอคติ แม้ว่าวัยรุ่นต้องการเป็นตัวของตัวเอง ต้องการความเป็นอิสระ ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับ ต้องการแสดงตนว่าโตแล้วไม่ใช่เด็ก ๆ ที่ผู้ใหญ่ต้องคอยประคบประครองดูแลอย่างใกล้ชิด แต่ในขณะเดียวกันบางครั้งวัยรุ่นก็มีความลังเลใจ ไม่แน่ใจตนเอง เด็กวัยรุ่นจึงต้องการผู้ใหญ่ที่เข้าใจเขาเพื่อทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษา คอยชี้แนะแนวทาง และข้อบกพร่องให้เขา

2.1.4 ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น

พฤติกรรมของวัยรุ่น หมายความว่าสิ่งที่วัยรุ่นแสดงกิริยาท่าทาง ที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับบุคคลอื่น ซึ่งรวมทั้งปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ หรือสิ่งมีชีวิต ไม่มีชีวิต โดยพฤติกรรมเป็นการตอบสนองต่อสิ่งเร้าหรือการรับเข้าทั้งหลาย ไม่ว่าจะเป็นภายในหรือภายนอก มีสติหรือไม่มีสติ ระลึก ชัดเจนหรือแอบแฝง และโดยตั้งใจหรือไม่ตั้งใจ ซึ่งปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นสรุปได้ ดังนี้

1) ปัจจัยที่เกิดจากตนเอง

เกิดจากพัฒนาการทางเพศ การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมของวัยรุ่น ทำให้พฤติกรรมของวัยรุ่นแต่ละคนมีการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกันออกไป นอกจากนั้นสภาพจิตใจและอารมณ์ ของวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้ง่าย บางครั้งดี บางครั้งอารมณ์รุนแรง มีความขัดแย้ง ขณะเดียวกันบางคนก็มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง

2) ปัจจัยที่เกิดจากครอบครัว

ครอบครัวมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นมาก เพราะเป็นสถาบันแรกที่วัยรุ่นได้รับการอบรมเลี้ยงดู และได้รับความรู้ต่าง ๆ จากพ่อแม่และบุคคลในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์ในครอบครัว องค์ประกอบของครอบครัว รวมถึงมาตรฐานในการอบรมเลี้ยงดูของคนในครอบครัว ครอบครัวใดที่พ่อแม่และบุคคลในครอบครัวมีการศึกษาและถ่ายทอดสิ่งที่ดี มีคุณค่ากับวัยรุ่น วัยรุ่นก็จะซึมซับสิ่งที่ดีมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

3) ปัจจัยที่เกิดจากเพื่อน

เพื่อนเป็นผู้ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นมาก ดังสุภาษิตที่กล่าวเกี่ยวกับการคบเพื่อนว่า คบคนพาลพาลไปหาผิด คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล ซึ่งปัจจัยที่เกิดจากเพื่อนมาจากเพื่อนที่รักใคร่ชอบพอกัน สนทนสนมเป็นเพื่อนสนิทหรือเพื่อนต่างเพศ รวมทั้งเพื่อนที่ไม่สนิทแต่เป็นบุคคลต้นแบบที่วัยรุ่นอยากเลียนแบบพฤติกรรมตาม เพื่อนจึงมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นทั้งทางดีและไม่ดี นอกจากนั้นวัยรุ่นยังชอบที่จะพูดคุย ปรึกษา ขอคำแนะนำจากเพื่อนมากกว่า คนรุ่นอื่น ๆ

4) ปัจจัยที่เกิดจากสังคมวัฒนธรรม

สังคมไทยในปัจจุบันเปลี่ยนแปลงอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้ส่งผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่นไทย ในอดีตวัฒนธรรมของไทยเป็นวัฒนธรรมที่ตึงตาม แต่ปัจจุบันนับตั้งแต่คนไทยไปรับเอาอิทธิพลของชาวต่างชาติเข้ามา เช่น วัฒนธรรมของเกาหลี วัฒนธรรมของวัยรุ่นอเมริกา ฯลฯ ซึ่งแสดงให้เห็นได้ชัดในเรื่องของการแต่งกาย การเจาะตามร่างกายส่วนต่าง ๆ การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร ซึ่งในอดีตพ่อแม่ของเราจะสอนให้รักกนวลสงวนตัว แต่งตัวรัดกุมมิดชิด ไม่เป็นที่ล่อตาล่อใจจากเพศตรงข้าม แต่ปัจจุบันวัฒนธรรมของเราได้เปลี่ยนไปมาก จากที่เคยแต่งกายสุภาพสมกับเป็นกุลสตรีไทย นิยมการนุ่งน้อยห่มน้อย แต่งตัวโชว์ ซึ่งเยาวชนของไทยในปัจจุบันไปเลียนแบบพฤติกรรมของชาวต่างชาติมาเป็นจำนวนมาก เลยมองเรื่องของการมีเพศสัมพันธ์เป็นเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ ไม่รักกนวลสงวนตัว การทดลองอยู่กันก่อนแต่งงาน การยอมรับวัฒนธรรมที่ผิด ๆ ของชาวต่างชาติเข้ามา ทำให้พฤติกรรมของวัยรุ่นไทยเปลี่ยนไป

5) ปัจจัยที่เกิดจากสื่อ

สื่อเป็นปัจจัยหนึ่งที่อยู่ในวิถีชีวิตของเยาวชนและส่งผลต่อความคิดและพฤติกรรมจริง ๆ เราไม่สามารถป้องกันสื่อที่สร้างผลกระทบด้านลบกับชีวิตเยาวชนได้ ขณะเดียวกันสื่อก็เป็นเครื่องมือ ในการเปิดโลกทัศน์ เข้าถึงข้อมูลและให้การรับรู้ถึงสิ่งต่าง ๆ ในโลกใบนี้ได้ อิทธิพลของสื่อจึงมีผลกับชีวิตในระดับเซลล์สมองในระดับจิตวิญญาณ แต่ปรากฏการณ์ที่ผ่านมา นั้น เยาวชนส่วนใหญ่เป็นผู้ใช้ ผู้เสพสื่อ สื่อจึงเป็นส่วนหนึ่งของเยาวชน และเยาวชนเป็นส่วนหนึ่งของสื่อ เมื่อความสัมพันธ์ระหว่างสื่อกับเยาวชนแน่นแฟ้นอย่างนี้แล้วพลังของสื่อย่อมมีอำนาจเหนือกว่าพลังของเยาวชนเป็นแน่ สังเกตได้ว่าช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา “สื่อสังคมโซเชียลมีเดีย” ถือว่ามีอิทธิพลมากในชีวิตของคนรุ่นใหม่ในสังคมไทย ทั้งใช้เพื่อศึกษาข้อมูล ติดตามความเคลื่อนไหวในสังคม แต่ในโลกของสื่อชนิดนี้ก็มีทั้งเรื่องที่ดีและไม่ดี ซึ่งบางครั้งถูกนำเสนอออกไปโดยไม่ผ่านการคัดกรอง ดังที่เห็นว่าเมื่อมีเหตุอะไรสื่อชนิดนี้จะแพร่ออกไปได้อย่างรวดเร็ว และอาจนำไปสู่พฤติกรรมเลียนแบบตามมาอย่างที่เราเห็นในหน้าข่าว จึงทำให้น่ากังวลว่าสังคมวัยรุ่นไทยปัจจุบันเมื่อใช้สื่อชนิดนี้แล้วจะสามารถแยกแยะได้หรือไม่ นับเป็นเรื่องน่าห่วงและสังคมควรให้ความสนใจหาทางป้องกัน มิฉะนั้นอาจเป็นปัญหาใหญ่ของสังคมไทยในอนาคต พญ.พรรณพิมล วิปุลากร รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต ชี้ว่า วัยรุ่นมีโอกาสดังพฤติกรรมที่เป็นความเสี่ยง ประกอบกับปัจจุบันรูปแบบในสังคมที่เปลี่ยนไป โซเชียลมีเดียเข้ามามีบทบาทมากขึ้น ขณะที่สถานการณ์ปัจจุบัน ปัญหา ความรุนแรงในกลุ่มเด็กและเยาวชนก็เพิ่มขึ้น ซึ่งมีผลมาจากสื่อโซเชียลมีเดียที่เป็นส่วนสำคัญ ที่ทำให้พฤติกรรมวัยรุ่นเปลี่ยนไป ทั้งการชมชู้ในโลกออนไลน์ รวมถึงการใช้ความรุนแรงสำหรับการแก้ปัญหาการใช้สื่อของวัยรุ่นที่อาจส่งผลต่อพฤติกรรม พร้อมทั้งแนะว่าโรงเรียน ครอบครัว สังคม ควรอธิบายให้เยาวชนเข้าใจถึงการใช้สื่อให้ถูกต้องว่าอะไรดี และจะต้องทำให้รับรู้ถึงผลที่จะเกิด และภาครัฐควรหาพื้นที่เพื่อให้เยาวชนได้ออกมาทำกิจกรรมให้มากขึ้น ไม่ควรให้เยาวชนอยู่แต่ในสังคมโซเชียลมีเดียอย่างเดียว พ.ต.ท.แมน เม่นแยม รองผู้กำกับ กองกำกับการสวัสดิภาพเด็กและสตรี (กก.ดส.) บอกว่า พฤติกรรมเด็กไทยปัจจุบันแนวโน้มใช้ความรุนแรง ก้าวร้าวมากขึ้น เพราะปัจจุบันพบการกระทำความผิดของกลุ่มเยาวชนจากเดิมมีเกณฑ์ถูกดำเนินคดีช่วงอายุ 16-18 ปี แต่ในปัจจุบันอยู่ช่วงอายุ 12 ปี โดยไปเกี่ยวข้อทั้งยาเสพติด ความรุนแรง และการชมชู้ ซึ่งปัญหาเหล่านี้เป็นเรื่องที่น่าห่วง “ปัจจัยหนึ่งมาจากสื่อออนไลน์ที่ทำให้เยาวชนสามารถระบายออกทางอารมณ์ได้อย่างเปิดเผย โดยขาดการวิเคราะห์ ไตร่ตรอง และไม่มีผู้ใด

ตกเตือน จึงทำให้ปัจจุบันมักจะเห็นพฤติกรรมเหล่านี้ของเยาวชนแสดงออกมามากขึ้นและพร้อมที่จะขยายวงกว้างอย่างรวดเร็วเพื่อนำไปสู่การกระทำในลักษณะอื่นที่สุ่มเสี่ยง”

6) ปัจจัยด้านเทคโนโลยี

ปัจจุบันโลกมีความก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยมีแนวโน้มและมีความสำคัญมากขึ้น ด้วยเหตุนี้เยาวชนคนรุ่นใหม่จึงควรเรียนรู้และเข้าใจเกี่ยวกับเทคโนโลยี เพื่อจะได้ใช้ไปในทางที่เกิดประโยชน์เพราะหากใช้ในทางที่ผิดก็อาจจะส่งผลกระทบต่อชีวิตในด้านลบ ซึ่งเทคโนโลยีที่น่าจะมีอิทธิพลต่อวัยรุ่นปัจจุบันคือ เครื่องมือสื่อสารอย่างโทรศัพท์มือถือ (Smart Phone) ที่วัยรุ่นแทบจะทุกคนมีใช้กัน ส่งผลต่อพฤติกรรมวัยรุ่นเพราะวัยรุ่นใช้ในการดูหนัง ฟังเพลง เชื่อมอินเทอร์เน็ต เล่นเกม ถ่ายรูป ใช้อำนวยความสะดวกในการทำกิจกรรมต่าง ๆ มากมาย นอกจากนั้นเทคโนโลยีไม่ได้มีความสำคัญหรือเกี่ยวข้องเฉพาะในวัยผู้ใหญ่เท่านั้น แต่ยังมีอิทธิพลกับวัยเด็กและวัยรุ่นด้วย เช่น การเล่นเกม ไม่ว่าจะเป็นการเล่นจากเครื่อง Play Station หรือจะเป็นการเล่นเกมออนไลน์ผ่านทางเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้ ก็ล้วนเป็นการใช้ประโยชน์จากเทคโนโลยีทั้งสิ้น และจากการพัฒนาของเทคโนโลยีที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา จึงทำให้มีการพัฒนาเครื่องเล่นเกมที่มีความทันสมัยเพิ่มมากขึ้น มีขนาดกะทัดรัด สามารถพกพาติดตัวไปได้ แต่จากการพัฒนาของเทคโนโลยีดังกล่าว ก็อาจส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตประจำวันของมนุษย์ได้ โดยเฉพาะในวัยเด็กและวัยรุ่นที่ในปัจจุบันนี้ต่างพากันติดเกมจนส่งผลกระทบต่อการเรียน รวมทั้งเกิดปัญหาสังคมเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากเด็กได้เลียนแบบพฤติกรรมในเกมที่ตนเล่น เช่น ลักทรัพย์ การทำอนาจาร เป็นต้น ซึ่งได้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของวัยรุ่นด้วย นั่นก็คือส่งผลกระทบการรับฟัง เนื่องจากการฟังเพลงจากเครื่องเล่นเหล่านั้น จะส่งผลให้หูได้รับความกระทบกระเทือนจนอาจก่อให้เกิดโรคหูหนวกได้ ด้วยเหตุนี้เองจึงแสดงให้เห็นว่าการพัฒนาความก้าวหน้าของเทคโนโลยีนั้น ได้ส่งผลเสียต่อการใช้ชีวิตประจำวันของมนุษย์ด้วยมือของผู้ที่ไม่หวังดีที่ใช้เทคโนโลยีสารสนเทศมาบิดเบือนทำให้เด็กและเยาวชนให้หลงผิดและเสียอนาคต

การใช้เทคโนโลยีที่ไม่เหมาะสมอาจจะส่งผลกระทบกับวัยรุ่น สรุปได้ดังนี้

(1) ก่อให้เกิดการรับวัฒนธรรม หรือการแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมของคนในสังคมโลกทำให้พฤติกรรมที่แสดงออกด้านการแต่งกาย และการบริโภคเปลี่ยนแปลงไป การมอมเมาเยาวชนในรูปของเกมส์อิเล็กทรอนิกส์ ส่งผลกระทบ ต่อการพัฒนาอารมณ์และจิตใจของเยาวชน เกิดการกลืนวัฒนธรรมดั้งเดิมซึ่งแสดงถึงเอกลักษณ์ของสังคมนั้น

(2) ก่อให้เกิดผลด้านศีลธรรม บทบาทเหล่านี้มีแนวโน้มที่สำคัญมากยิ่งขึ้น ด้วยเหตุนี้เยาวชนคนรุ่นใหม่จึงควรเรียนรู้ และเข้าใจเกี่ยวกับเทคโนโลยีสารสนเทศ เพื่อจะได้เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาเทคโนโลยีสารสนเทศให้ก้าวหน้า และเกิดประโยชน์ต่อประเทศต่อไป

(3) การมีส่วนร่วมของคนในสังคมลดน้อยลง การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศทำให้เกิดความสะดวกรวดเร็วในการสื่อสารและการทำงาน แต่ในอีกด้านหนึ่งการมีส่วนร่วมของกิจกรรมทางสังคมที่มีการพบปะสังสรรค์กันจะน้อยลง ผู้คนมักอยู่แต่ที่บ้านหรือที่ทำงานของตนเองมากขึ้น วัยรุ่นหลายคนใช้เวลาอยู่กับโทรศัพท์มือถือนานเกินไป จนทำให้เกิดคำพูดที่ตามมาว่าเป็นสังคมก้มหน้า

(4) การละเมิดสิทธิเสรีภาพส่วนบุคคล โดยการเผยแพร่ข้อมูลหรือรูปภาพต่อสาธารณชน ซึ่งข้อมูลบางอย่างอาจไม่เป็นความจริงหรือยังไม่ได้พิสูจน์ความถูกต้องออกสู่สาธารณะชน ก่อให้เกิดความเสียหายต่อบุคคลโดยไม่สามารถป้องกันตนเองได้ ซึ่งอาจจะทำให้วัยรุ่นถูกล่อลวงไปในทางที่เสียหายได้

(5) อาชญากรรมบนเครือข่าย ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศก่อให้เกิดปัญหาใหม่ขึ้น เช่น ปัญหาอาชญากรรม ตัวอย่างเช่น อาชญากรรมในรูปของการขโมยความลับ การขโมยข้อมูลสารสนเทศ การให้บริการสารสนเทศที่มีการหลอกลวง การชักจูงให้วัยรุ่นไปทำความเสื่อมเสีย เป็นต้น

(6) ก่อให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพ นับตั้งแต่คอมพิวเตอร์เข้ามามีบทบาทในการทำงาน การศึกษา บันทึกลง ฯลฯ การจ้องจอคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานมีผลเสียต่อสายตา ซึ่งทำให้สายตาผิดปกติ มีอาการ แสบตา เวียนศีรษะ นอกจากนั้นยังมีผลต่อสุขภาพจิตเกิดโรคทางจิตประสาท

จะเห็นได้ว่าเทคโนโลยีสารสนเทศในปัจจุบันมีความทันสมัย มีให้เลือกมากมายตามความต้องการของผู้ใช้ แต่การเลือกใช้ก็ควรจะให้เหมาะสมและมีประโยชน์ โดยเฉพาะเด็กและเยาวชน ซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศต่อไปในอนาคตก็ยังคงเกี่ยวข้องกับการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งนี้เด็กควรปรับตัวและเรียนรู้เพื่อใช้เทคโนโลยีสารสนเทศให้เหมาะสมกับชีวิตประจำวัน และอนาคต สิ่งที่น่าเป็นห่วงก็คือเด็กและเยาวชนจะเลือกใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างไรจึงจะไม่ก่อให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับครอบครัวและสังคม เด็กและเยาวชนเป็นวัยแห่งการเรียนรู้และเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติในอนาคต วัยเด็กเป็นวัยที่ซึมซับสิ่งต่าง ๆ ได้ง่ายและยังไม่มีวุฒิภาวะเพียงพอที่จะแยกแยะเหตุผลได้อย่างละเอียดรอบคอบ เด็กจึงจะอยู่ใต้อิทธิพลของสื่อต่าง ๆ ที่ผู้ผลิตหรือผู้เผยแพร่สิ่งเหล่านั้นพยายามชักจูงโน้มน้าวให้เด็กบริโภคสื่อของตน เพื่อหวังผลทางการค้า นอกจากนั้นเด็กส่วนใหญ่เมื่อมีเวลาว่างมักจะเข้าไปสืบค้นข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต ซึ่งก็ได้รับการสนับสนุนจากพ่อแม่ผู้ปกครองเพราะเห็นว่าจะช่วยให้เด็กได้รับความรู้เพิ่มมากขึ้นโดยไม่คาดคิดว่าข้อมูลในอินเทอร์เน็ตนั้นจะมีทั้งดีและไม่ดี ถ้าเด็กได้รับข้อมูลจากผู้ที่ไม่หวังดีใช้อินเทอร์เน็ตเป็นเครื่องมือประกอบอาชีพไม่สุจริตแล้ว เด็กเหล่านั้นก็จะถูกชักนำไปในทางที่เลวร้ายได้ ซึ่งผลที่เกิดขึ้นก็ปรากฏให้เห็นกันในสังคมอยู่เป็นประจำ

นอกจากนั้นปัญหาความรุนแรงที่เกิดขึ้นกับเด็กและเยาวชนไทยส่วนหนึ่งมาจากเกม ซึ่งคนส่วนใหญ่มองว่าเป็นสิ่งบันเทิงสิ่งหนึ่งที่กำลังได้รับความนิยมสูงขึ้นเรื่อย ๆ เมื่อโลกก้าวเข้าสู่ยุคดิจิทัล เกมจึงเป็นสิ่งที่น่าหลงใหลสำหรับเด็กและเยาวชนอย่างชนิดถอนตัวไม่ขึ้น ความรุนแรงและสิ่งยั่วยุต่าง ๆ ในเกมมีผลต่อพฤติกรรมที่ไม่น่าเชื่อว่าจะเกิดขึ้นได้ในเด็กและเยาวชน เรื่องนี้พ่อแม่ผู้ปกครองจะต้องดูแลควบคุมการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศของเด็กอย่างใกล้ชิด ต้องดูว่าเขาซื้อเกมอะไรมาเล่นบ้าง ร่วมเล่นกับเขาให้คำแนะนำให้ความดูแลเอาใจใส่โดยเฉพาะการสอนให้เด็กรู้จักควบคุมตนเองไปทีละน้อยเป็นขั้นเป็นตอนไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะควบคุมยับยั้งตนเองได้เมื่อโตขึ้น แต่เนื่องจากสังคมและเศรษฐกิจในปัจจุบันทำให้พ่อแม่ต้องรับภาระหนักในการทำงานและใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่นอกบ้าน เวลาที่จะใกล้ชิดดูแลเอาใจใส่เด็กก็จะน้อยลง แต่พ่อแม่ก็สามารถที่จะให้การดูแลเอาใจใส่ และสังเกตพฤติกรรมรวมทั้งความสนใจในกิจกรรมต่าง ๆ ที่เด็กทำได้ โดยการ ส่งเสริมให้เด็กทำกิจกรรมที่เขาชอบตามความถนัด เพื่อให้เด็กเกิดความเพลิดเพลินและใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ด้วยการใช้เวลาที่พ่อแม่สามารถมีให้กับเด็กได้อย่างมีประสิทธิภาพและสม่ำเสมออย่างต่อเนื่อง สิ่งสำคัญคือพ่อแม่จะต้องเป็นแบบอย่างที่ดี ที่ถูกต้องและมีคุณค่าสำหรับเด็กในเรื่องการปลูกฝังพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ เพื่อให้เด็กได้เรียนรู้และได้รับประโยชน์จากเทคโนโลยีสารสนเทศมากที่สุด

กล่าวโดยสรุป ปัจจัยด้านเทคโนโลยีสารสนเทศได้เข้ามามีบทบาทสำคัญในการดำรงชีวิตของวัยรุ่นในยุคปัจจุบันเป็นอย่างมาก การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อให้เกิดประโยชน์กับตนเองในสังคมนั้นจะต้องเลือกให้เหมาะสมและเกิดประโยชน์ โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนควรจะได้รับ การดูแลเอาใจใส่และสนับสนุนการใช้เทคโนโลยีอย่างถูกต้องจากพ่อแม่ ผู้ปกครองและครู โดยให้ข้อมูลและปลูกฝังพฤติกรรมการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างถูกต้องมีคุณค่าและเกิดประโยชน์ เพื่อให้เด็กและเยาวชนสามารถควบคุมดูแลตนเองได้และไม่ตกเป็นเครื่องมือของผู้ไม่ประสงค์ดี รวมทั้งวัยรุ่นยุคใหม่ต้องรู้จักคิดวิเคราะห์แยกแยะ และมีวิจารณญาณในการใช้สื่อและเทคโนโลยีในทางที่เป็นประโยชน์มากกว่าโทษ รวมทั้งผู้ปกครองและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับตัววัยรุ่นควรให้คำแนะนำ ชี้แนะ เป็นที่ปรึกษาที่ดีในการใช้เทคโนโลยีในทางที่เป็นประโยชน์และสร้างสรรค์

2.2 ปัญหาของวัยรุ่น

ปัญหาของวัยรุ่นในสังคมไทยปัจจุบันมีความรุนแรงและซับซ้อนมากขึ้น เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วด้านเทคโนโลยี และสภาพแวดล้อมสังคม อีกทั้งวัยรุ่นเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของการเจริญเติบโต มีความเปลี่ยนแปลงด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ อย่างรวดเร็ว หากวัยรุ่นขาดที่พึ่ง ขาดที่ปรึกษาที่ดีจะทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมาย

2.2.1 ธรรมชาติของปัญหาของวัยรุ่น

ปัญหาของวัยรุ่นเปรียบเหมือนภูเขาน้ำแข็งที่สามารถมองเห็นได้เพียงบางส่วน ซึ่งส่วนใหญ่หรือ 80% ของตัวภูเขาน้ำแข็ง ปรากฏอยู่ใต้ผิวน้ำ กฎนี้ทำให้รู้ว่าต้องอดทน พยายามค้นหาปัญหาที่แท้จริงที่อยู่ลึกกว่าที่มองเห็น ดังนั้น การแก้ปัญหาควรได้รับการแก้ไขตั้งแต่ระยะแรกที่สังเกตเห็นอาการ เช่น ทำทางหงุดหงิด สีหน้ากังวล ฯลฯ จะช่วยให้สามารถแก้ไขได้รวดเร็วกว่าเมื่อปล่อยให้ปัญหามีความยุ่งยากมากขึ้น



ที่มา : <https://www.bloggang.com/m/viewdiary.php?id=empty-glass&month=04-2019&date=07&group=1&gblog=230>

2.2.2 ปัจจัยที่ทำให้เกิดปัญหาวัยรุ่น

ปัจจัยที่เป็นสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดปัญหาวัยรุ่น ได้แก่ปัจจัยภายใน และปัจจัยภายนอก ดังนี้

1) ปัจจัยภายใน ประกอบด้วย ความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของตนเองที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของวัยรุ่น

2) ปัจจัยภายนอก ประกอบด้วย ครอบครัว ฐานะทางเศรษฐกิจ สภาพแวดล้อม โรงเรียน เพื่อน สื่อและเทคโนโลยี การเกิดปัญหานั้นมันไม่ได้เกิดได้ง่าย ๆ ถ้าไม่มีบุคคลทั้งสองฝ่ายคือผู้ที่ทำให้เกิดและผู้ที่ถูกทำให้เกิด ดังนั้นปัญหาในวัยรุ่นจึงไม่ได้เกิดจากการกระทำของเด็ก ๆ เท่านั้น ผู้ที่ได้ชื่อว่าผู้ปกครองหรือผู้ที่อาบนำร้อนมาก่อน ก็ถือว่าเป็น "ผู้สมรู้ร่วมคิด" เหมือนกัน จะว่าไปการเลี้ยงดูเด็กในสมัยนี้แตกต่างไปจากอดีต พ่อแม่จะอ้างการทำมาหากินมาเป็นตัวเงื่อนไขในการเลี้ยงลูก จนบางครั้งก็ลืมไปว่าการสัมผัสระหว่างพ่อแม่ลูกนั้นเป็นสิ่งที่เด็กต้องการ ตลอดจนความรู้สึกอบอุ่นภายในครอบครัวก็เป็นอีกประเด็นหนึ่ง แต่ผู้ใหญ่ก็จะกล่าวอ้างว่าในยุคของตนเองพ่อแม่ก็ไม่เคยสนใจเลย ซึ่งการอ้างนั้นยังเป็นการทำร้ายเด็กมากยิ่งขึ้น เพราะแต่ละยุคแต่ละสมัยนั้นสิ่งแวดล้อมนั้นแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง ถ้าเรายังไม่สามารถเข้าถึงจิตใจเด็กได้ แล้วเลี้ยงเขาด้วยเงินหรือสิ่งของที่พยายามทดแทนความอบอุ่นอยู่เสมอ ๆ เขาเหล่านั้นก็จะเป็นปัญหาสังคมเหมือนที่ผู้ใหญ่ให้คำจำกัดความเขา แต่ถ้าเราให้ความรักความเอาใจใส่เขา ให้ความอบอุ่นทางจิตใจเขา เดินเคียงข้างเขาไปในทุกสถานการณ์ เราก็จะได้เห็นเด็กที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีแต่ความแข็งแกร่งในอนาคต เพราะเขาได้รับสิ่งที่เขาต้องการในวัยรุ่น

2.2.3 ลักษณะปัญหาของวัยรุ่น วัยรุ่นมักประสบปัญหาสำคัญดังนี้

1) ปัญหาการเรียน

ปัญหาการเรียน เป็นปัญหาที่พบบ่อยในวัยรุ่น ปัญหาการเรียนมักจะเกิดปัญหาพฤติกรรมที่ตามมาเช่น เกเร ก้าวร้าว ดื้อ เครียด วิตกกังวล หงุดหงิด คบเพื่อนไม่ดี หนีเรียน หนีเที่ยว ปัญหาทางเพศ และการใช้สารเสพติด ซึ่งเกิดจากความรู้สึกที่ไม่ดีต่อตนเองตามมา จากการขาดความสำเร็จในการเรียน การถูกตำหนิจากพ่อแม่ ความรู้สึกล้มเหลว และขาดความภูมิใจในตนเอง ทำให้เป็นปัญหาอารมณ์และกลายเป็นปัญหาบุคลิกภาพ ซึ่งสาเหตุของการเกิดปัญหาทางการเรียนมีหลายประการ เช่น สาเหตุจากสติปัญญา บุคลิกภาพ โรคสมาธิสั้น ความเครียดความกังวลจากที่บ้าน การขาดแรงจูงใจที่ดี การขาดการส่งเสริมตัวอย่างของปัญหาการเรียนมีดังนี้

- ผลการเรียนต่ำ สอบตก บกพร่องในการเรียนรู้บางวิชา
- ไม่ตั้งใจ ไม่สนใจเรียน เล่น พุดคุยในชั้นเรียน
- เบื่อหน่าย นิ่งหลับ ไม่มีสมาธิ ความสนใจสั้น เหม่อลอย
- ทำงานช้า ไม่ทำงานที่ได้รับมอบหมาย
- รักสบาย ขี้เกียจ ขาดความกระตือรือร้น เฉื่อยชา
- ขาดทักษะ ขาดประสบการณ์ ขาดไหวพริบ

2) ปัญหาความเครียดหรือวิตกกังวล

ความเครียด วิตก กังวล ของวัยรุ่นปัจจุบันมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจากสาเหตุต่าง ๆ เช่น

- ความรู้สึกวิตกกังวลต่อความคาดหวังในการแข่งขันเรื่องผลการเรียนที่ดี เพื่อให้สามารถประสบความสำเร็จในชีวิต

- ปัญหาความเครียดจากสภาพเศรษฐกิจทางบ้าน
- วัยรุ่นจำนวนมากที่ไม่สามารถค้นพบความชอบหรือความสนใจ ความถนัดที่แท้จริงของตัวเองได้
- ความวิตกกังวลกับอนาคต และการเลือกเส้นทางสายการเรียน หลังจบชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น
- ความเครียด ความกังวลจากการแข่งขันสอบเข้าเรียนต่อในมหาวิทยาลัย
- อื่น ๆ

ความเครียด วิตกกังวล ในวัยรุ่นวัยเรียนจึงเกิดขึ้นบ่อย อย่างไรก็ตามครอบครัวหรือคนใกล้ชิดควรเป็นกำลังใจและเป็นที่ปรึกษาที่ดี ไม่ควรมองว่าวัยรุ่นเป็นพวกชอบทำตัวมีปัญหา เรียกร้องความสนใจ หรือแม้แต่ตำหนิและลงโทษอย่างรุนแรง ความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนจากครอบครัว และคนใกล้ชิดอาจยังมีผลทำให้วัยรุ่นที่เป็นโรควิตกกังวลทั่วไป ปกปิดปัญหาและอาการเจ็บป่วยเอาไว้กับตัว ทำให้เสียโอกาสในการรักษา และมีอาการของโรครุนแรงมากขึ้นจนเป็นปัญหาต่อการเข้าเรียน การเข้าสังคมและการใช้ชีวิตตามปกติ ที่สำคัญวัยรุ่นที่มีอาการวิตกกังวลรุนแรงยังมีแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากความคาดหวัง ทั้งโดยการเสพติดสื่อสังคมออนไลน์ การมีพฤติกรรมต่อต้านสังคม การติดเหล้าและบุหรี่ หรือการติดยาเสพติดได้

3) ปัญหาพฤติกรรม

- ปรับตัวเข้ากับเพื่อนไม่ได้
- พฤติกรรม กิริยามารยาทการใช้ภาษาคำพูดไม่สุภาพ
- ก่อวุ่น คุยเสียงดัง ขวนทะเลาะ ไม่เชื่อฟังต่อต้าน
- ประพฤติผิดกฎระเบียบ ขอบังคับของโรงเรียน
- พูดโกหก สร้างเรื่องที่ไม่เป็นจริง
- ลักขโมยเงิน สิ่งของ เครื่องใช้ของผู้อื่น
- เล่นการพนัน
- หนีโรงเรียน เทียวเตร่ จับกลุ่มมั่วสุม
- ก้าวร้าว ทำลายของ ทะเลาะวิวาท
- ใช้สารเสพติด
- ฟุ้งเฟ้อ ใช้เงินเปลือง ไม่เห็นคุณค่าของเงิน และของที่ได้มาง่าย ๆ
- ดื้อ เอาแต่ใจตัวเอง เห็นแก่ตัว ไม่คำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น ไม่ฟังความคิดเห็นของผู้อื่น
- การใช้โทรศัพท์-อินเทอร์เน็ตนาน
- พฤติกรรมการลอกเลียนแบบ

4) ปัญหาการใช้สื่อและเทคโนโลยีของวัยรุ่น

การใช้สื่อที่ไม่เหมาะสมของวัยรุ่นก่อให้เกิดปัญหา ดังนี้

- (1) ขาดปฏิสัมพันธ์ที่แท้จริง ใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับผู้คนในออนไลน์
- (2) การไม่กล้าเผชิญหน้าทำทุกอย่างผ่านออนไลน์ ก่อให้เกิดการกลั่นแกล้งและคุกคามซึ่งกันและกัน
- (3) ไม่ได้มีส่วนร่วมกับอะไรจริง ๆ คิดเพียงว่าพวกเขา กำลังเปลี่ยนโลกด้วยการคลิกไม่กี่ครั้ง

วัยรุ่นมีส่วนร่วมผ่านสื่อดิจิทัลมากกว่าคนรอบข้าง

- (4) โซเชียลมีเดียสร้างความเครียดและอาจทำให้วัยรุ่นเกิดอาการซึมเศร้าได้ มีบางงานวิจัยระบุว่า

การใช้เวลาหมกมุ่นอยู่กับโซเชียลมีเดีย มีความสัมพันธ์กับแนวโน้มของปัญหาสุขภาพจิตที่เพิ่มขึ้น

(5) เทคโนโลยี บั่นทอนการพักผ่อนนอนหลับ วัยรุ่นที่ติดสื่อออนไลน์มักใช้เวลาระหว่างการนอนในการเล่นโทรศัพท์ และมีแนวโน้มที่จะทำให้มีปัญหาเกี่ยวกับการนอนหลับไม่เพียงพอกับความต้องการของร่างกาย

การใช้สื่อออนไลน์ของวัยรุ่นที่ใช้มากที่สุดคือการสืบค้นออนไลน์ ร้อยละ 79 และเครือข่ายสังคม ร้อยละ 76 นอกจากนี้ ออนไลน์วิดีโอ และทีวีออนไลน์เป็นช่องทางที่วัยรุ่นนิยมเข้าไป รับชมเนื้อหาที่ชื่นชอบ และยังเป็นกลุ่มที่นิยมใช้สมาร์ทโฟน รวมถึงแท็บเล็ตในการท่องอินเทอร์เน็ต มากกว่ากลุ่มอื่นๆ อีกด้วย ทั้งนี้การใช้สังคมออนไลน์ของวัยรุ่นสร้างค่านิยมการลอกเลียนแบบและตาม กระแสที่ผิดกลุ่มเยาวชนส่วนใหญ่เห็นตรงว่า บางครั้งการใช้สื่อสังคมออนไลน์ส่งผลให้เกิดค่านิยมและ พฤติกรรมการเลียนแบบ รวมทั้งการตามกระแสในทางที่ผิด ขาดความเป็นตัวของตัวเอง เพราะกลัวว่า ตนเองจะตกกระแส เช่น การใช้ของหรือชื่อของตามศิลปินนักแสดงในอินสตาแกรม การแต่งตัวไปล้อแหลมตามดารา การมีพฤติกรรมฟุ่มเฟือย อยากได้อยากมีตามที่เห็นจากผู้อื่น เยาวชนส่วนใหญ่ยอมรับว่าสื่อใหม่ มีผลทำให้ตนเกิดความรู้สึกต้องการเลียนแบบ และตามกระแสสังคม โดยเฉพาะการเลียนแบบดารา นักแสดง เช่น เรื่องแฟชั่น การแต่งกาย และลักษณะการโพสต์ท่าถ่ายรูป แต่ยังสามารถควบคุมตนเองได้ โดยพยายามไม่ลอกเลียนแบบในทางที่ผิดอันก่อให้เกิดอันตรายบางรายต้องการมีบุคลิกภาพที่ดี มีความสวย อยากขาว จึงเกิดกระแśc่านิยมการทำศัลยกรรมในกลุ่มวัยรุ่นอย่างแพร่หลายในปัจจุบัน

(ฐิตินัน บ. คอมมอน, ค้นเมื่อ 21 พ.ค.2563)

5) ปัญหาสัมพันธภาพทางสังคม

(1) สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน

- การใช้ภาษาที่สร้างความไม่พอใจซึ่งกันและกัน
- ความเข้าใจไม่ตรงกัน
- ขาดความจริงใจ หากไม่ใช่เพื่อนสนิท
- ขัดแย้งระหว่างกลุ่ม
- ขัดแย้งระหว่างบุคคล
- แบ่งกลุ่ม แข่งขัน / ไม่แบ่งปัน
- มีการนิทาให้ร้ายต่อกัน เอาความผิดให้เพื่อน เอาความดีใส่ตนเอง
- เพื่อนไม่เข้าใจ / ทะเลาะกับเพื่อน
- ปัญหาความเครียด / ซึมเศร้า/ สุขภาพจิต
- ทำตามเพื่อนอย่างรู้เอยาหลง
- โดนกลั่นแกล้ง (Bully) จากเพื่อน / รุ่นพี่
- ใช้สังคมสื่อออนไลน์ เป็นเครื่องมือในการสร้าง และเพิ่มความขัดแย้งระหว่างเพื่อน/

ระหว่างกลุ่ม

- ใช้พลังกลุ่มเพื่อนเพิ่มความขัดแย้ง กดดันฝ่ายตรงข้าม
- ปัญหาการไม่เข้าใจตนเอง ไม่รู้เป้าหมายของตนเอง การปรับตัวกับเพื่อน กับครอบครัว

การกระทบกับอารมณ์และการจัดการอารมณ์ตนเองไม่ได้ ซึ่งจะนำไปสู่ภาวะซึมเศร้าในที่สุด

- การควบคุมอารมณ์ จากการปรับตัวกับเพื่อน เพื่อนข่มขู่ รังแก ล้อเลียน ถูกชักจูงให้มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา หรือเป็นการลอกเลียนแบบตามเพื่อน เกิดปัญหาการขัดแย้งในครอบครัว

- อารมณ์และการเปลี่ยนแปลงในวัยรุ่น ใจร้อน น้อยใจ ต้องการเป็นที่รักจากคนรอบข้าง

- เมื่อมีปัญหานักเรียนไม่กล้าที่จะปรึกษาพ่อแม่และครู มีการพูดคุยกันน้อยลง แต่ปรึกษาปัญหาต่าง ๆ กับเพื่อนผ่านโทรศัพท์ เช่น เฟซบุ๊ก ไลน์ ฯลฯ เป็นต้น

- เกิดภาวะโรคซึมเศร้า

(2) สัมพันธภาพระหว่างครอบครัว

วัยรุ่นคิดว่าผู้ใหญ่มีความคิดเห็นแตกต่างจากตนเอง โดยเป็นความคิดเห็นที่ไม่เข้ากับยุคสมัยของตน วัยรุ่นยอมรับไม่ได้ที่ผู้ใหญ่ตำหนิสิ่งที่ตนและกลุ่มเพื่อนคิดว่าถูกต้อง และจากการที่วัยรุ่นมักมีอารมณ์รุนแรง มีพฤติกรรมก้าวร้าว ทำให้เกิดความขัดแย้งกับบุคคลในครอบครัวอย่างมาก วัยรุ่นจึงมักอยู่กับกลุ่มเพื่อนซึ่งวัยรุ่นคิดว่าจะมีความเข้าใจซึ่งกันและกันอย่างมาก มีความสุขเมื่อได้อยู่ด้วยกัน และมีความต้องการให้ผู้ใหญ่ยอมรับกลุ่มเพื่อนของตนด้วยไม่ชอบอยู่บ้านเนื่องจากบุคคลในครอบครัวไม่เข้าใจ

6) ปัญหาทางเพศ

- การมีแฟนในวัยเรียน

- การมีเพื่อนต่างเพศไม่เหมาะสม

- การวางตัวไม่เหมาะสม แสดงความสนิทสนมเกินควร

- อยู่ในที่ลับตาสองต่อสอง

- จับมือถือแขน

- การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร

- ความเบี่ยงเบนทางเพศ

- คบเพศตรงข้ามและเพศเดียวกัน

- วัยรุ่นให้ความสำคัญกับเพศตรงข้ามมากกว่าการเรียนรู้ ทำให้ในบางครั้ง และบางคน ที่ส่งผล

กระทบต่อการเรียน

- ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น จากความสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนต่างเพศ วัยรุ่นที่มีความสนใจซึ่งกันและกันอาจมีประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มีการป้องกัน ทำให้เกิดปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นซึ่งยังไม่มีความพร้อมในการเลี้ยงดูบุตรที่จะเกิดมา เนื่องจากยังอยู่ในวัยเรียน จึงทำให้เกิดปัญหาการทำแท้งผิดกฎหมายเกิดขึ้น และส่งผลให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของหญิงวัยรุ่นได้ ถึงแม้ไม่มีการทำแท้งเกิดขึ้นวัยรุ่นหญิงก็ได้รับผลกระทบทางด้านจิตใจอย่างสูง เนื่องจากเป็นการกระทำที่สังคมไม่ยอมรับและทำให้วัยรุ่นหญิงไม่สามารถศึกษาอย่างต่อเนื่องต่อไปได้

- ปัญหาโรคทางเพศสัมพันธ์ เช่นเดียวกับปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น การมีประสบการณ์การมีเพศสัมพันธ์โดยไม่มีความรู้ในการป้องกันตนเอง จากการตั้งครรภ์หรือการป้องกันโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ ทำให้วัยรุ่นชายและหญิงมีโอกาสเป็นโรคได้ เช่น โรคหนองในแท้ หนองในเทียม โรคซิฟิลิส หรือการติดเชื้อ H.I.V เป็นต้น

7) ปัญหาครอบครัว

- ภาระการดูแลบุตรหลานเป็นของผู้สูงวัย
- บิดามารดาหย่าร้าง/แยกกันอยู่
- สภาพแวดล้อมครอบครัวแตกแยก ต่างคนต่างอยู่
- ครอบครัวขาดความรัก ความอบอุ่น
- นักเรียนขาดทักษะการดำเนินชีวิต ไม่มีความเข้มแข็งทางด้านจิตใจ เชื่อคนง่าย
- ปัญหาครอบครัวของวัยรุ่นที่ชอบเปรียบเทียบกับเพื่อน มีความคิดเป็นของตนเอง และ

ไม่ชอบการขัดใจ

- ปัญหาความไม่เข้าใจกันในครอบครัว การใช้คำพูดสื่อสารที่ก่อให้เกิดความน้อยใจ การโต้เถียงกัน ความดื้อรั้นของวัยรุ่นเพื่อการเอาชนะ

- นักเรียนขาดการวางแผนอนาคตที่ดี ไม่มีเป้าหมายในการดำเนินชีวิต ขาดแบบอย่างที่ดีในการเลือกอาชีพในอนาคต

- วิธีการเลี้ยงลูกของผู้ปกครอง เกิดช่องว่างระหว่างวัย ความไม่เข้าใจในความคิดวัยรุ่น บางครั้งเข้มงวดเกินไป บางครั้งตามใจมากเกินไป

- การอบรมเลี้ยงดูในครอบครัว และสิ่งแวดล้อมที่ไม่มีระเบียบวินัย ขาดการฝึกฝน เรียนรู้ บิดามารดาไม่เป็นแบบอย่างที่เหมาะสม

- มีปมด้อยในเรื่องส่วนตัว ครอบครัว แสดงออกเพื่อทดแทน สร้างปมเด่นให้กับตนเอง

- นักเรียนและผู้ปกครองเกิดช่องว่างระหว่างครอบครัวเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากการใช้โทรศัพท์ เพราะผู้ปกครองก็เล่น ลูกก็เล่น จึงพูดคุยกันน้อยลง

- เมื่อเกิดปัญหาภายในครอบครัว ผู้ปกครองไม่ปรึกษากันไม่พูดคุยกัน แต่ปรึกษาบุคคลอื่นทางโทรศัพท์มากขึ้น

- ปัญหาครอบครัวเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นได้ทั่วไป เพราะทุกครอบครัวล้วนมีเหตุที่อาจก่อความขัดแย้งระหว่างสมาชิกภายในบ้านได้ ไม่ว่าจะเป็นความคิดเห็นที่แตกต่าง การเลี้ยงลูก ปัญหาสุขภาพ หรือสถานภาพทางการเงิน ซึ่งความขัดแย้งเหล่านี้อาจบานปลายจนกระทบต่อความสัมพันธ์ในครอบครัว อาจทำให้ชีวิตคู่จួบลงและส่งผลกระทบต่อสภาพจิตใจของเด็กได้ด้วย

นอกจากนี้มีการสรุปปัญหาครอบครัว สาเหตุความขัดแย้งและแนวทางแก้ไข จากเว็บไซต์ POB PAD (<https://www.pobpad.com>) ว่าปัญหาครอบครัว สาเหตุความขัดแย้งและแนวทางแก้ไข โดยมีปัจจัยต่าง ๆ ที่มักเป็นสาเหตุของความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในครอบครัว ต่อไปนี้

- ภาวะเจ็บป่วย หากสมาชิกในครอบครัว โดยเฉพาะเด็กหรือหัวหน้าครอบครัวมีปัญหาสุขภาพหรือป่วยเป็นโรคต่าง ๆ ก็อาจส่งผลกระทบต่อจิตใจของคนในครอบครัวและสร้างความกังวลใจไม่น้อย เพราะอาจทำให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมาได้ เช่น สถานะทางการเงินของครอบครัว เป็นต้น

- ปัญหาด้านการเงิน ภาวะเศรษฐกิจและการว่างงานอาจทำให้สมาชิกภายในครอบครัวเกิดความเครียด วิตกกังวล และอาจเผชิญภาวะซึมเศร้าได้ ปัญหาทางการเงินอาจเป็นสาเหตุทำให้พ่อหรือแม่ต้องออกไปหางานทำ จนส่งผลให้เด็กต้องอยู่กันตามลำพังและขาดการดูแลหรืออบรมสั่งสอนอย่างที่ควรจะได้รับ

(1) สาเหตุส่วนใหญ่ของปัญหาครอบครัว มีดังนี้

- การใช้ความรุนแรง เมื่อขาดการสื่อสารที่ดีและได้รับแรงกดดันจากภายนอกครอบครัว เช่น ภาวะเศรษฐกิจ และความเครียด เป็นต้น ก็อาจทำให้เกิดความขัดแย้งและใช้ความรุนแรงภายในครอบครัวได้ โดยผู้ที่ถูกระทำมักเป็นเด็กและสตรี ซึ่งเด็กที่เติบโตจากครอบครัวที่มีการใช้ความรุนแรงนั้นมีแนวโน้มที่จะมีพฤติกรรมก้าวร้าวเมื่อโตขึ้น มีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ติดยาเสพติด ติดการพนัน และมีพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศได้

- การขาดความเอาใจใส่และไม่มีเวลาให้กัน ด้วยภาระหน้าที่ของสมาชิกในบ้านแต่ละคน อาจทำให้ไม่มีเวลาพูดคุย สอบถามสารทุกข์สุกดิบ หรือทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อกระชับความสัมพันธ์ภายในครอบครัว

- การมีเพศสัมพันธ์ในครอบครัว บางครอบครัวที่มีพ่อเลี้ยงและลูกสาว อาจมีลักษณะการทำร้ายทางร่างกายด้วยการบังคับข่มขืน หรือบางทีเด็กอาจถูกล่วงเกินทางเพศโดยบุคคลใกล้ชิดภายในครอบครัว เช่น ลุง อา น้า พี่ชาย หรือญาติสนิท เป็นต้น

(2) ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว

- การทำร้ายร่างกาย เป็นการทำร้ายโดยใช้กำลัง เช่น ตบ ตี เตะ ต่อย รวมถึงการใช้อาวุธ หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งจนได้รับบาดเจ็บหรือเสียชีวิต

- การทำร้ายจิตใจ เป็นการทำร้ายโดยใช้คำพูดหยาบคาย ดุถูกเหยียดหยาม ทำให้ผู้ถูกระทำ อับอาย ได้รับความเสียหาย ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง หรือมีการปล่อยปละละเลย ไม่สนใจ ไม่ให้ความรัก ความอบอุ่น ความเป็นมิตร ทำให้เกิดผลกระทบทางด้านจิตใจ

- การใช้ความรุนแรงทางสังคม เป็นการจำกัดสิทธิที่พึงมีทางสังคม มีการกักกันหน่วงเหนี่ยว กีดขวางไม่ยอมให้คบเพื่อน หรือไม่ให้ติดต่อกับญาติพี่น้องและเพื่อนบ้าน

- การใช้ความรุนแรงทางเศรษฐกิจ เป็นการจำกัดค่าใช้จ่าย ควบคุมทรัพย์สินรวมทั้งไม่รับผิดชอบค่าใช้จ่ายของครอบครัว ไม่รับผิดชอบดูแลจัดหาสิ่งจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตให้กับผู้ที่อยู่ในความดูแล เช่น อาหาร เสื้อผ้า ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค การศึกษาและสิ่งแวดล้อมที่ปลอดภัย

- การกระทำทารุณกรรมทางเพศ เป็นการทำร้ายร่างกายทางเพศต่อเด็กและผู้หญิงการข่มขืน กระทำชำเราบังคับให้มีเพศสัมพันธ์การคุกคามทางเพศ การกระทำผิดทางเพศต่อผู้เยาว์ เช่น ภรรยาถูกสามีข่มขืน พ่อเลี้ยงข่มขืนลูกเลี้ยง ญาติพี่น้องผู้ชายข่มขืนญาติผู้หญิงในครอบครัว รวมทั้งการถูกบังคับให้ขายบริการทางเพศ

8) ปัญหาด้านสุขภาพจิตในสถานศึกษา

จากสถานการณ์การระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่แพร่ระบาดอย่างเป็นวงกว้างและต่อเนื่อง ส่งผลกระทบต่อการศึกษา ผู้เรียนต้องเรียนรู้ผ่านแพลตฟอร์มการเรียนรู้ที่บ้าน โรงเรียนต้องถูกปิดเป็นเวลานานเพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่ระบาดเพิ่มขึ้น จากการศึกษาภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ของผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในสถานการณ์โควิด-19 โดย สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา (2564) พบว่า สภาพปัญหาของภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ของผู้เรียนระดับชั้นประถมศึกษา 1) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านความรู้ 2) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านทักษะการอ่าน และคณิตศาสตร์ 3) คุณลักษณะของผู้เรียน ที่เปลี่ยนแปลงไป เช่น ไม่กล้าตอบคำถาม การขาดการมีส่วนร่วมในการเรียนรู้ และ 4) ทักษะชีวิต สัมพันธภาพและการทำงานร่วมกับผู้อื่นลดลง ในระดับชั้นมัธยมศึกษา พบว่า

1) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านความรู้ และการเชื่อมโยงองค์ความรู้ 2) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านเจตคติต่อการเรียนและวิชาที่เรียน 3) เกิดภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ด้านทักษะทางวิทยาศาสตร์ และทักษะการปฏิบัติ 4) การเปลี่ยนแปลงของคุณลักษณะของผู้เรียน และ 5) สภาวะทางอารมณ์ สัมพันธภาพ และสุขภาพจิตของผู้เรียน

ภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ (Learning Loss) ของผู้เรียนในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐาน ที่พบจากการวิจัย สามารถแยกออกเป็น 2 ด้านที่สำคัญ คือ ด้านผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการและด้านคุณลักษณะของการเรียนรู้

(1) ด้านผลสัมฤทธิ์ทางวิชาการ ในระดับชั้นประถมศึกษา พบว่า ภาวะถดถอยในรายวิชา ภาษาต่างประเทศ วิทยาศาสตร์ และคณิตศาสตร์ มากที่สุดตามลำดับ ระดับชั้นมัธยมศึกษา ภาวะถดถอยในรายวิชาคณิตศาสตร์ ภาษาต่างประเทศ และวิทยาศาสตร์ มากที่สุดตามลำดับ

(2) ด้านคุณลักษณะของการเรียนรู้ พบว่า ผู้เรียนในระดับชั้นประถมศึกษา 1-3 ผู้เรียนมีความเครียด/ความกังวลในการเรียนสูงที่สุด รองลงมาคือ ความพยายามในการเรียนลดลง และการไม่สามารถปรับตัวในการเรียนได้ตามลำดับ ผู้เรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 มีความเครียด/ความกังวลในการเรียนสูงที่สุด รองลงมาคือ ความพยายามในการเรียนลดลง และการขาดแรงจูงใจในการเรียนตามลำดับ ผู้เรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 มีความเครียด/ความกังวลในการเรียนสูงที่สุด รองลงมาคือ การขาดแรงจูงใจในการเรียน และความพยายามในการเรียนลดลง ตามลำดับ ผู้เรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4-6 มีความเครียด/ความกังวลในการเรียนสูงที่สุด รองลงมาคือ การขาดแรงจูงใจในการเรียน และความไม่พร้อมหรือการขาดความสนใจในการเรียนตามลำดับ ซึ่งปัจจุบันพบความรุนแรงมากขึ้น ทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต ทั้งนี้สามารถสรุปลักษณะอาการโรคจิตประสาทที่มักปรากฏในสถานศึกษา ได้ 4 ลักษณะดังนี้ (เจษฎา บุญมาโฮม. 2564)

8.1) โรคซึมเศร้า (Major Depression) ปัจจุบันคำว่าซึมเศร้าเป็นที่รู้จักของคนในสังคมยุคปัจจุบันเพราะเป็นโรคจิตประสาทที่มีจำนวนผู้ป่วยมากที่สุด จากข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตพบว่าปี 2564 ประเทศไทยมีผู้ป่วยโรคซึมเศร้า 1.5 ล้านคน ประกอบกับข้อมูลจากการประเมินสุขจิตเด็กและวัยรุ่น อายุไม่เกิน 18 ปี โดยใช้แบบประเมินตรวจสุขภาพใจออนไลน์ (Mental Health Check In) ในช่วงระหว่างวันที่ 12 กุมภาพันธ์ ถึง 23 กรกฎาคม 2565 โดยมีผู้ตอบแบบประเมิน จำนวน 99,024 คน พบว่า มีจำนวนผู้มีความเสี่ยงซึมเศร้า 7,651 คน ผู้มีความเสี่ยงฆ่าตัวตาย 13,597 คน (กรมสุขภาพจิต. 2565) ดังนั้นโรคซึมเศร้าจึงเป็นข้อสันนิษฐานของสาเหตุพฤติกรรมต่าง ๆ จนกลายเป็นจำเลยสังคม เช่น การฆ่าตัวตาย การทำร้ายตนเอง

โดยทั่วไปบุคคลอาจมีภาวะซึมเศร้าหรืออาการเศร้าซึม (Depression) คือ ลักษณะความผิดปกติทางอารมณ์ของบุคคลนั้นที่อาจรู้สึกเศร้าหรือหดหู่ใจจากเหตุการณ์บางอย่าง เช่น สูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก สูญเสียสิ่งของหรือตำแหน่งที่ตนเองรัก อาการดังกล่าวทางการแพทย์ระบุว่าเป็นอาการปกติของบุคคลทั่วไป เพราะเป็นอารมณ์เศร้าระดับไม่รุนแรง ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของบุคคลคนนั้น แต่หากภาวะซึมเศร้ามีความรุนแรงในลักษณะเบื่อหน่ายตนเอง เบื่อหน่ายชีวิต เบื่อหน่ายคนรอบตัว สิ้นหวัง ท้อแท้ ไม่มีความหวังกับอนาคต ช่วยเหลือตัวเองไม่ได้ นอนไม่หลับ รู้สึกว่าตนด้อยค่า ไม่มีแรงจูงใจที่จะปฏิบัติสิ่งใด สมาธิลดลงจนไม่สามารถปฏิบัติงานใดได้ โดยอาการดังกล่าวมีความยาวนานจนถึงขั้นส่งผลกระทบต่อการใช้ชีวิตจนแพทย์

วินิจฉัยว่าเป็นโรคซึมเศร้าอาการและพฤติกรรมก็จะปรากฏเด่นชัดขึ้น เช่น ท้อแท้ เบื่อหน่าย เบื่ออาหาร นอนไม่หลับ รู้สึกอ่อนเพลียตลอดวันโดยไม่ทราบสาเหตุ เชื่องช้า สมาธิ/ความจำไม่ดี มีความคิดเชิงตำหนิตัวเอง และคิดฆ่า ๆ เกี่ยวกับเรื่องการตาย

8.2) โรคไบโพลาร์ (Bipolar Disorder) หรือเรียกกันว่าโรคอารมณ์สองขั้ว ข้อมูลจากกรมสุขภาพจิตพบว่าปี 2560 มีผู้ป่วยโรคไบโพลาร์เข้ารับการรักษาในโรงพยาบาลรัฐทั่วประเทศกว่า 31,521 คน จากการสำรวจพบว่าทั่วโลกมีผู้ป่วยเป็นโรคไบโพลาร์อยู่ประมาณ 60 ล้านคน ผู้ป่วยโรคนี้จะมีอาการ 2 ลักษณะสลับกัน ทั้งซึมเศร้าและ แมเนีย (Mania) อาการแมเนียคือ ภาวะที่ผู้ป่วยมีความรู้สีกว่าตัวเองเปลี่ยนไปจากเดิมมาก ๆ ได้แก่ มีอารมณ์ดี สนุกสนาน คึกคักเกินเหตุ เชื้อมั่นในตัวเองสูง คิดเร็ว พูดเร็วและทำเร็ว ขยันมากกว่าปกติ ชอบพูด ชอบคุย พูดเสียงดัง แสดงพฤติกรรมเกินความจำเป็นที่วัยรุ่นเรียกว่าบ้าพลัง แต่งตัวสีสันโดดเด่น ซื้อสินค้าเกินความจำเป็น หรือ ฉุนเฉียว ก้าวร้าว โรคไบโพลาร์เกิดได้จากหลายปัจจัย เช่น เกิดจากความผิดปกติของสารสื่อประสาทในสมอง ความเครียดต่าง ๆ การใช้สารเสพติด การถ่ายทอดทางพันธุกรรม โดยบุคคลที่มีความผิดปกติของโครโมโซมที่ได้รับการถ่ายทอดทางพันธุกรรม โดยผู้ป่วยจะมีความผิดปกติทางอารมณ์อย่างชัดเจนสูงกว่าคนทั่วไปถึง 4 เท่าตัว

โดยช่วงซึมเศร้าจะมีอาการหดหู่ ท้อแท้ สิ้นหวัง อาการช่วงนี้จะเหมือนผู้ป่วยโรคซึมเศร้า อาการจะคงอยู่ติดต่อกันนานหลายเดือนแล้วหายไปเหมือนคนปกติก่อนจะเข้าสู่ช่วงอาการแมเนีย ซึ่งจะมีอารมณ์คึกคัก มีพลัง อยากทำหลายอย่าง กระฉับกระเฉง นอนน้อย ใจดี มนุษย์สัมพันธ์ดี อารมณ์ดี แต่มีปัญหาเรื่องของการควบคุมอารมณ์ของตนเอง บางรายพบว่าอยากทำอะไรแล้วต้องได้ทำทันที เช่น อยากไปเที่ยวต่างประเทศก็จัดการจองตั๋วเลยทั้งที่ยังไม่ทันทำงาน เมื่อมีคนขัดใจผู้ป่วยจะฉุนเฉียวมาก หงุดหงิดง่าย ควบคุมอารมณ์ตนเองไม่ได้

8.3) โรคไซโคลโทมิก (Cyclothymic Disorder) ลักษณะของโรคไซโคลโทมิกจะคล้ายโรคไบโพลาร์ โดยวัยรุ่นส่วนใหญ่จะป่วยด้วยโรคโรคไซโคลโทมิก ก่อนโรคไบโพลาร์ จากการนำเสนอข้อมูลของกรมสุขภาพจิตพบว่าสาเหตุส่วนใหญ่มักเกิดจากการใช้สารเสพติดเพื่อบำบัดตนเองและมักมีอาการตัดสินใจฆ่าตัวตาย ลักษณะอาการของโรคไซโคลโทมิกมี 3 ลักษณะคือ

(1) ลักษณะความเฉื่อยชาอย่างหนัก (Psychomotor Retardation) โดยความเฉื่อยชานี้เกิดจากอาการซึมเศร้า หรือได้รับยาทางจิตเวชทำให้สารเคมีในระบบประสาทส่วนกลางบางตัวขาดหายไปอย่างรวดเร็ว ส่งผลให้มีพฤติกรรมเฉื่อยชา

(2) ลักษณะแมเนียผสม (Mixed Mania) เป็นลักษณะอาการเริ่มแรกของโรคไบโพลาร์ ผู้ป่วยจะมีอาการร้องไห้อย่างไร้เหตุผลหรือมีเหตุผลแต่ไม่เหมาะสมกับสถานการณ์หรือความเป็นจริง บางครั้งก็ร้องไห้เพียงช่วงเวลาสั้น ๆ แต่บางครั้งก็ร้องไห้ได้นาน 2-3 วัน จนถึง 2-3 สัปดาห์ ทั้งที่ยังติดเร็ว พูดมาก แต่งตัวเก่ง และใช้จ่ายสุรุ่ยสุร่าย

(3) ลักษณะแมเนียเรื้อรัง (Chronic Mania) เป็นลักษณะอาการร้ายแรงหรือพุ่งจนเกินเหตุ ติดต่อกันเป็นเวลานาน ซึ่งสาเหตุอาจเกิดขึ้นจากการได้รับยาต้านเศร้า จากสถิติทางการแพทย์พบว่าผู้ป่วยหลังการรักษาอาการโรคไบโพลาร์จะมีจำนวนร้อยละ 5 ที่จะมีลักษณะแมเนียเรื้อรัง และไม่ปรากฏอาการซึมเศร้าให้เห็นอีก

8.4) โรคกลุ่มวิตกกังวล (Anxiety Disorders) อดีตจิตแพทย์จะนิยมเรียกโรคกลุ่มวิตกกังวลว่า โรคประสาท ส่วนใหญ่ผู้ที่เป็โรคในกลุ่มนี้จะเป็นเหมือนบุคคลทั่ว ๆ ไป มีการคิด การพูด การทำงาน ได้เหมือนคนปกติ แต่หากมีเรื่องที่กังวลแล้ว จะมีความกังวลมาก และบางครั้งไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ ผู้ป่วยเองจะรู้ตัวและรู้สึกไม่สบายใจ จนต้องพยายามหลีกเลี่ยงสาเหตุที่ทำให้ตนเองกังวล จนบางครั้งทำให้เกิดความยากลำบากในการใช้ชีวิตประจำวัน เช่น การทำงาน การเรียนหนังสือ และการรักษาความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง เกิดจากหลายสาเหตุด้วยกัน แต่สาเหตุหลักคือระดับสารเคมีหรือสารสื่อประสาทในสมองเกิดความบกพร่อง มีน้อยเกินไปหรือมีมากเกินไป ซึ่งยาทางจิตเวชจะช่วยปรับสารสื่อประสาทในสมองให้สมดุลกัน อาการวิตกกังวลที่เข้าขั้นโรควิตกกังวลก็จะบรรเทาหลงหรือหายขาดได้

อย่างไรก็ตาม ลักษณะของผู้ป่วยโรควิตกกังวล มีข้อสังเกตสำคัญคือ ผู้ป่วยมักมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับเหตุการณ์ หรือกิจกรรมต่าง ๆ มากผิดปกติ และปรากฏอาการที่แสดงออกทางกายอย่างน้อย 3 อย่าง เช่น กระวนกระวาย เหนื่อยง่าย ขาดสมาธิ หงุดหงิดง่าย ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ และนอนไม่หลับ โดยผู้ป่วยจะมีการผิดปกติดังกล่าวข้างต้นติดต่อกันไม่น้อยกว่า 6 เดือน จึงจัดว่าเข้าข่ายว่าเป็นโรควิตกกังวลสมควรได้รับการบำบัดรักษา ทั้งนี้ โรคกลุ่มวิตกกังวลที่พบในสถานศึกษา ได้แก่

(1) โรควิตกกังวลทั่วไป (Generalized Anxiety Disorder: GAD) หรือโรคคิดมาก เป็นโรคที่มักพบในผู้ป่วยมากที่สุด แต่ถือว่าเป็นโรควิตกกังวลที่อาการไม่รุนแรงมาก ลักษณะอาการที่สามารถสังเกตได้คือความรู้สึกกังวลเกี่ยวกับชีวิตประจำวัน การเรียน การงาน การเงิน โดยที่รู้ตัวว่าเป็นความกังวลที่เกินกว่าเหตุ แต่ไม่สามารถระงับความกังวลเหล่านั้นได้ด้วยตัวเอง และมักมีพฤติกรรมกังวลกับเรื่องราวหรือเหตุการณ์เดิมซ้ำไปมารวมกับอาการกระวนกระวาย อ่อนเพลีย ไม่มีสมาธิ หงุดหงิด ปวดตึงกล้ามเนื้อ หรือนอนไม่หลับนานอย่างน้อย 6 เดือน

(2) โรคแพนิก (Panic Disorder) หรือโรคตื่นตระหนกเป็นโรควิตกกังวลที่พบได้บ่อยเช่นกัน โดยมีความรุนแรงกว่าโรควิตกกังวลทั่วไป ผู้ป่วยมักมีความกลัวร่วมกับความวิตกกังวลนั้นด้วย และมีอาการแสดงออกทางกายอย่างรุนแรงจนต้องหยุดกิจกรรมที่กำลังปฏิบัติอยู่ จิตแพทย์จะประเมินจากอาการกลัวหรือไม่สุขสบายอย่างมาก (Panic Attack) โดยต้องปรากฏอาการดังต่อไปนี้อย่างน้อย 4 อาการ ได้แก่ ใจสั่น ใจเต้นแรงหรือเร็ว เหงื่อออกมา เจ็บแน่นหน้าอกหรือรู้สึกไม่สบาย รู้สึกตัวสั่นหรือสั่นทั้งตัว รู้สึกหายใจไม่ทั่วท้อง หายใจไม่สะดวก รู้สึกร้อน ๆ หนาว ๆ คลื่นไส้ ไม่สบายท้อง รู้สึกมึน โคลงเคลง โหวงเหวงคล้ายจะเป็นลม ซา หรือรู้สึกคล้ายมีอะไรไต่ตามตัว กลัวเสียการควบคุมตัวเอง กลัวเสียสติ อาการดังกล่าวจะเกิดขึ้นเป็นระยะ ๆ แล้วหายไป จากนั้นจะมีการกลัวว่าอาการที่เคยกลัวข้างต้นจะกลับมาเป็นอีก จนไม่อาจใช้ชีวิตได้ตามปกติ ที่สำคัญผู้ป่วยจะมีความกลัวว่าตัวเองจะตาย กลัวว่าจะเป็นโรคหัวใจ กลัวจะเป็นโรคร้ายแรงอื่น ทั้งที่จริงแล้วไม่ได้ป่วยกาย แต่ป่วยทางจิตต่างหาก

(3) โรคย้ำคิดย้ำทำ (Obsessive-Compulsive Disorder: OCD) เป็นโรคที่มีลักษณะความคิดซ้ำ ๆ หรือย้ำคิด ทำให้เกิดความรู้สึกวิตกกังวล การตอบสนองทางความคิดจึงแสดงออกด้วยการแสดงพฤติกรรมซ้ำ ๆ ดังนั้น จึงมักเรียกอาการนี้ว่า ย้ำคิดย้ำทำ บุคคลมักย้ำคิดย้ำทำเพื่อให้เกิดความสบายใจและลดความวิตกกังวล สาเหตุของโรคย้ำคิดย้ำทำมักเกิดจากการทำงานที่ผิดปกติของสมองและความผิดปกติของการทำงานของสารสื่อประสาทชื่อ ซีโรโตนิน (Serotonin) โดยทั่วไปผู้ที่มีอาการโรคย้ำคิดย้ำทำมักรู้ตัวว่าพฤติกรรมย้ำคิดย้ำทำของตัวเองไม่มีเหตุผล และทำให้เสียเวลาชีวิตกับพฤติกรรมเหล่านั้นไม่น้อย แต่ก็ไม่สามารถ

สามารถหยุดความคิดและการกระทำดังกล่าวได้ เช่น กังวลความไม่สะอาดจึงมักล้างมือบ่อยเกินความจำเป็น วิตกกังวลเกี่ยวกับความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินอยู่ตลอดเวลา เช่น คิดว่าลืมปิดประตูบ้านหรือเตาแก๊ส โดยคิดจนกังวลต้องกลับไปตรวจสอบหลายครั้ง

(4) โรคลกลัว (Phobia) ผู้เป็นโรคลกลัวจะมีความกลัวที่รุนแรงเกินกว่าเหตุเมื่อได้เผชิญกับสถานการณ์ที่ทำให้รู้สึกกลัว โดยรู้ดีว่าไม่ควรกลัวถึงขนาดนั้น แต่ก็ยังต้านทานไม่ได้ จึงพยายามหลีกเลี่ยงไม่เผชิญกับสิ่งที่ทำให้เกิดความกลัว อาการของโรคที่ปรากฏมีอาการหน้ามืด ใจสั่น มือและเท้าเย็น โดยอาการดังกล่าวต้องเกิดขึ้นติดต่อกันเป็นเวลานานอย่างน้อย 6 เดือน ทั้งนี้ จิตแพทย์นิยมจำแนกโรคลกลัวออกเป็น 3 ประเภท คือ

(4.1) การกลัวที่รุนแรงและกว้างขวาง (Agoraphobia) เป็นความวิตกกังวลอย่างรุนแรงเมื่ออยู่ในที่สาธารณะโดยกลัวว่าจะไม่สามารถที่จะหลบหนีออกไปจากสถานที่นั้น ๆ ได้เมื่อเกิดความวิตกกังวลอย่างรุนแรง เช่น กลัวการอยู่ลำพัง กลัวการอยู่ในที่สาธารณะ หากเกิดเหตุร้ายขึ้นจะหนีรอดได้ยาก หรือไม่มีผู้ช่วยเหลือ

(4.2) การกลัวการเข้าสังคม (Social Phobia) มีความกลัวอย่างรุนแรงต่อการปฏิบัติกิจกรรมที่เกี่ยวกับสังคม วิตกกังวลว่าตนเองจะเปลือยแสดงพฤติกรรมไม่เหมาะสมกับสถานการณ์ให้ต้องอับอาย กลัวถูกวิพากษ์วิจารณ์จากคนรอบข้าง ซึ่งคล้ายเหมือนอาการของคนตื่นตื้นกับบางอย่างแบบปกติทั่วไป เช่น การพูดในที่สาธารณะ การทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ โดยเมื่อต้องเผชิญกับสถานการณ์ทางสังคม จะเริ่มมีอาการวิตก/เครียด/กลัวการพูดผิด กลัวทำให้อับอาย จึงมักพยายามหลีกเลี่ยงหนีจากสังคมเสมอ

(4.3) การกลัวเฉพาะเจาะจงหรือกลัวเฉพาะอย่าง (specific phobia) เป็นความกลัวที่เกิดขึ้นเฉพาะวัตถุหรือสถานการณ์เฉพาะอย่าง เช่น กลัวความสูง กลัวสัตว์ กลัวที่แคบ กลัวที่มืด กลัวลิฟต์

(4.4) โรคเครียดหลังเผชิญเหตุร้าย (Post-Traumatic Stress Disorder: PTSD) เป็นภาวะความผิดปกติทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นภายหลังพบเหตุการณ์ความรุนแรง มักหวนระลึกถึงเหตุร้ายซ้ำ ๆ ร่วมกับมีจิตตื่นตระหนก และคอยหลีกเลี่ยงจากสิ่งเกี่ยวข้อง มักเกิดขึ้นหลังประสบเหตุการณ์ร้ายแรงในชีวิต เช่น อยู่ในเหตุการณ์วินาศกรรม จลาจล สึนามิ ดินโคลนถล่ม บ้านพัง ถูกทำร้ายร่างกาย ถูกทารุณกรรมทางเพศ ถูกโจรปล้น พบเห็นเหตุการณ์สะเทือนขวัญ หรือบางคนอาจจะไม่ได้ประสบพบเหตุร้ายด้วยตัวเอง แต่อาจเห็นจากข่าวหรือได้ฟังคำบอกเล่ามาแล้วรู้สึกตื่นกลัวตามไปด้วย จนเกิดความเครียดและมีพฤติกรรมบางอย่างที่กระทบต่อการดำเนินชีวิตตามมา ซึ่งผู้ที่ได้รับบาดเจ็บทางจิตใจจากเหตุเหล่านี้จำเป็นต้องได้รับการรักษาทางจิตเวช เพื่อให้ความเครียดและกลัวลดลง ไม่กระทบต่อการดำเนินชีวิต

จากประสบการณ์การปฏิบัติงานด้านการแนะแนวของผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับจิตแพทย์หลายภูมิภาค พบว่า ประเด็นข้อมูลที่สอดคล้องกันคือ ปัจจัยที่ทำให้เกิดอาการจิตเวช คิดสภาพแวดล้อมของสังคมทำให้พฤติกรรมของบุคคลเปลี่ยนแปลงไปส่งผลต่อการหลังสารสื่อประสาทในสมองผิดปกติจนทำให้เกิดโรคจิตเภท ซึ่งแพทย์ยืนยันว่าสามารถรักษาได้ไม่ยาก แต่สถานการณ์ที่ทำให้ดูแลรักษาได้ยากคือภาวะการติดสารเสพติดร่วมด้วย

นอกจากนี้ หลักวิชาวิทยาศาสตร์และการแพทย์ยังกล่าวถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมอีกปัจจัยหนึ่งคือ ต่อมไร้ท่อ อาทิ ต่อมไทรอยด์เสื่อมจะทำให้บุคคลมีอาการหงอยเหงาเศร้าซึม

ไม่กระฉับกระเฉง บุคคลจะต้องเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องสรีระของมนุษย์ซึ่งเป็นองค์ประกอบของพฤติกรรมด้านชีววิทยาที่มีอิทธิพลต่อการสร้างมนุษย์สัมพันธ์ จึงจะทำให้เข้าใจและปฏิบัติตนต่อผู้อื่นได้ดีขึ้น

2.3 แนวทางการแก้ไขปัญหา

2.3.1 แนวทางและเทคนิคการวิเคราะห์พฤติกรรมที่เป็นปัญหา

แนวทางการวิเคราะห์ปัญหานักเรียนที่สำคัญ คือ

1) ต้องแจกแจงลักษณะของปัญหาให้ชัดเจน ในรูปแบบของการแสดงออกทางพฤติกรรม ความคิดหรืออารมณ์ เช่น ปัญหานักเรียนไม่มีระเบียบ สวมเสื้อ/กางเกง/กระโปรงไม่ถูกระเบียบ ผมยาว/ทรงผมผิดระเบียบ จดสมุดงานไม่เรียบร้อย ปัญหาก้าวร้าว ชอบทะเลาะกับเพื่อนในชั้นเรียน/นอกโรงเรียน พูดเสียงดัง กระชอกโฮกฮาก ชอบเตะ ต่อย มีเรื่องกับเพื่อน ชอบเถียงเวลาครูสอน

2) พิจารณาระดับความรุนแรงและความถี่ของการเกิดพฤติกรรม เพื่อจัดลำดับความสำคัญของการให้ความช่วยเหลือปัญหาที่มีอันตรายก่อน เช่น เด็กหญิงที่ตั้งครรภ์ในช่วงที่เรียนเนื่องจากปัญหาครอบครัว ควรให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับการตั้งครรภ์ก่อนที่จะช่วยเรื่องปัญหาครอบครัว

3) พยายามค้นหาสาเหตุของปัญหาที่เป็นต้นเหตุที่แท้จริงของตัวปัญหา

เจษฎา บุญมาโฮม (2551) ได้เสนอแนวทางการแก้ไขพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ตามลักษณะของปัญหาพฤติกรรม จึงได้นำมาเป็นแนวทาง วิเคราะห์พฤติกรรมที่เป็นปัญหาบางพฤติกรรมพอสังเขป ดังนี้

1) พฤติกรรมเจ้าอารมณ์หรือโมโหง่าย

เด็กจะแสดงอารมณ์ออกมาเพราะควบคุมไม่ได้ อารมณ์อาจจะแสดงออกในรูปของโมโหง่ายลงมือลงเท้า (Temper Tantrums) ทำลายข้าวของ ร่างกายของตนเองและผู้อื่น (Destructive) บางครั้งจะแสดงอารมณ์แม้ถูกขัดใจเพียงเล็กน้อยเท่านั้น

(1) อาการที่แสดงออก

- ร้องไห้เสียงดัง
- กระแทกเท้า
- ทูบตีตนเองและผู้อื่น
- ขว้างปาสิ่งของ
- ปฏิเสธคำขอร้องทุกอย่างเพื่อเป็นการประชด เช่น เมื่อเด็กอยากได้ตุ๊กตา พ่อแม่ไม่ให้เด็กก็แสดงอาการร้องไห้เสียงดัง ต้องการจะเอาให้ได้อาจจะกระแทกเท้า ขว้างปาสิ่งของ ต่อมาพ่อแม่รู้สึกรำคาญก็ป้อนและหยิบตุ๊กตาหรือสิ่งของอย่างอื่นให้เด็กก็จะปฏิเสธโดยสิ้นเชิง

(2) สาเหตุ

- ทางสมอง เป็นความผิดปกติทางสมอง เช่น ลมชัก เยื่อหุ้มสมองอักเสบ
- การเลี้ยงดูที่ผิด เช่น ได้รับการตามใจจนเคยตัว เมื่อถูกขัดใจก็จะแสดงอารมณ์ทันทีหรืออาจเป็นเพราะถูกบังคับมากเกินไป จึงเก็บเอาความรู้สึกโกรธแค้นและความเครียดเอาไว้ เมื่อมีโอกาสก็แสดงอารมณ์ทันที
- เพราะถูกขัดใจและเกิดความขุ่นเคืองใจเพราะไม่ได้ทำตามความต้องการของตนเอง
- ความผิดปกติทางจิตใจ เช่น โรคจิต โรคประสาท ฯลฯ

(3) แนวทางในการแก้ไขโดยทั่วไป

- พ่อแม่หรือผู้เป็นครูควรเยือกเย็นและพูดให้เหตุผลแก่เด็กโดยบอกว่าสิ่งไหนควร สิ่งไหนไม่ควร
- อย่าพยายามขัดใจเด็กบ่อย ๆ
- ไม่เอาใจใส่พฤติกรรมที่ไม่พึงปรารถนานั้น ๆ อาจจะใช้เทคนิคใช้เวลาแยกเด็กไว้

ต่างหาก (Time-Out) และไม่ควรปล่อยให้เด็กอื่น ๆ ล้อเลียน

- ให้แรงเสริมเมื่อหายจากอารมณ์ร้าย โดยการให้สิ่งของที่เด็กพอใจ เช่น ขนม คำชมเชย หรือกิจกรรมที่เด็กชอบ

- ผู้ใหญ่ต้องไม่แสดงอารมณ์รุนแรงให้เด็กเห็น

2) พฤติกรรมโมโหฉุนเฉียวง่าย

มักเป็นเด็กที่ควบคุมอารมณ์ไม่ได้ เช่น มักมีความกลัวและกังวลใจรวมอยู่ด้วย เป็นคนที่อารมณ์ไม่คงเส้นคงวา บางครั้งอารมณ์รุนแรงมากจนพูดอะไรไม่ยั้งคิด มองโลกในแง่ร้าย

(1) อาการที่แสดงออก

- หนีบิ่ง เมื่อไม่พอใจคำพูดหรือการกระทำของเพื่อน
- พูดอะไรโดยไม่ยั้งคิด เมื่อไม่พอใจใครก็มักโต้เถียงด้วยถ้อยคำรุนแรง
- แสดงความคิดเห็นและวิจารณ์สิ่งต่าง ๆ ในด้านลบเพราะมองโลกในแง่ร้าย

(2) สาเหตุ

- เกิดจากตัวเด็กเอง เช่น เจริญเติบโตช้าหรือเร็วเกินไปมีความพิการทางสมอง หรือพัฒนาการทางสมองช้ามาก

- ขาดความรักความอบอุ่น
- รู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย
- มีความวิตกกังวลเสมอ
- บิดามารดาคาดหวังในตัวเด็กสูงเกินไป
- ประสบความล้มเหลวในการเรียนบ่อยครั้ง
- มีความขัดแย้งกับพี่ ๆ น้อง ๆ เสมอ
- เกิดการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักอย่างกะทันหัน

(3) แนวทางในการแก้ไขโดยทั่วไป

- ให้ความรักและอดทนต่อพฤติกรรมรุนแรง
- ไม่สนใจพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม
- อธิบายเหตุผลในการลงโทษ
- เมื่อมีพฤติกรรมที่เหมาะสมก็ให้แรงเสริมทันที

3) พฤติกรรมก้าวร้าวหรือเกร

มักเป็นเด็กที่ชอบรังแกผู้อื่นให้ได้รับความเจ็บปวดและเดือดร้อนรำคาญ ชอบทำลายความสงบ ของห้องเรียน มักมีนิสัยหยาบคาย เป็นพฤติกรรมการปรับตัวทางสังคมที่เป็นปัญหา เราอาจแบ่งประเภทเด็กก้าวร้าวหรือเกรเป็น 3 ประเภทคือ 1) เด็กที่ชอบรังแก มักจะชอบรังแกเด็กที่เล็กกว่าและอ่อนแอกว่า 2) เด็กที่ชอบเห็นผู้อื่นได้รับความเจ็บปวด 3) เด็กที่ชอบทำให้ผู้อื่นได้รับความอับอาย

(1) อาการที่แสดงออก

- ล้อเลียน หย้าเหยียด แย่งของ ข่มขู่ บังคับเพื่อความสุข รังแกเด็กที่เล็กกว่าและอ่อนแอกว่า
- แกล้งดิงผม เหยียบเท้า ผลัก เขกหัว ตบหน้าผู้อื่น หรือทรมานสัตว์
- พุดถึงจุดอ่อนหรือปมด้อยของผู้อื่น

(2) สาเหตุ

- เป็นเด็กที่พ่อแม่ไม่ต้องการและเกลียดชัง ทอดทิ้งจนทำให้รู้สึกว่าเขา โดดเดี่ยวและน้อยเนื้อต่ำใจ ในที่สุดก็รู้สึกโกรธแค้นเกลียดชัง

- เป็นเด็กที่ได้รับการกลั่นแกล้ง และโดนรังแกมาก่อน

- ขาดความรักความอบอุ่นจากพ่อแม่และคนข้างเคียง

- พ่อแม่เข้มงวดกวดขันและเจ้าอารมณ์ ใช้อำนาจข่มขู่มากเกินไป ทำให้เด็กกลัว และเก็บกดอารมณ์นั้นไว้

- เป็นเด็กที่มาจากครอบครัวที่พ่อแม่พี่น้องแตกความสามัคคี

- ครูชอบใช้อำนาจเกินเหตุ

- ครูไม่ยุติธรรม

- เกิดจากการรบกวนหรือการต่อสู้อยู่

- เกิดจากสัณฐานกายถูกทำร้ายทางด้านร่างกายและจิตใจ

- เกิดจากความไม่แน่ใจในเรื่องราวต่าง ๆ เข้าใจเรื่องราว ไม่ชัดเจนจึงเกิดความคับข้องใจ ซึ่งนำไปสู่พฤติกรรมที่ก้าวร้าวได้

- เด็กมีนิสัยขี้ขลาดไม่ใช่นักสู้
- มีปมด้อยจึงทำสิ่งต่าง ๆ เพื่อสร้างปมเด่น
- บางรายพ่อแม่รักตามใจและสนับสนุนให้มีพฤติกรรมก้าวร้าว รังแกผู้อื่น

(3) แนวทางในการแก้ไขโดยทั่วไป

- ให้ความรักความอบอุ่น

- ไม่ใช้อำนาจในการปกครองชั้นเรียน

- ชี้แจงเหตุผลเมื่อเด็กทำผิด

- ไม่ให้ความสนใจ เมื่อเด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว เกเร

- เมื่อเด็กมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์คือ หยุดก้าวร้าวรังแกก็ให้แรงเสริมด้วยวิธีการต่าง ๆ ดังนี้

ให้ความสนใจและการยอมรับ ให้คำชมเชย ให้เป็นผู้นำกลุ่ม ส่งเสริมให้วาดรูป เล่นดนตรี และศิลปะอื่น ๆ ให้เล่นกีฬาและกิจกรรมที่เด็กชอบ เช่น เล่นฟุตบอล วิ่งเปี้ยว ฯลฯ

- ถ้าเป็นพฤติกรรมที่รุนแรง คือ ทำให้ผู้อื่นเจ็บปวดถึงขนาดเลือดตกยางออกต้องลงโทษทันที ซึ่งอาจตีมือ ก้น หรือให้ไปอยู่ในห้องแยกตัวซึ่งไม่ได้รับความสนใจจากใครเลย

4) พฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน

เด็กที่มีพฤติกรรมก่อกวนชั้นเรียน (Disruptive Outburst) หมายถึง เด็กที่มีพฤติกรรมรบกวนห้องเรียน สร้างความรำคาญแก่เพื่อนในระดับสูง มีลักษณะของการดื้อดึงอยู่ด้วย เช่น เดินออกนอกห้อง

โดยไม่ได้รับอนุญาตและมีลักษณะของความก้าวร้าวรวมอยู่ด้วย มักจะใช้ส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายไปกระทบร่างกายของผู้อื่นเช่น สะกิด ตี ผลัก เป็นต้น พฤติกรรมก่อนวัยเรียนโดยทั่ว ๆ ไป มีดังนี้

(1) อาการที่แสดงออก

- ตะโกนเสียงดัง
- ทำเสียงดังโดยการกระแทกของ ทุบโต๊ะ ทำเก้าอี้ล้ม ยกเก้าอี้ทุ่ม
- เดินออกนอกห้องเรียน เดินไปมารอบ ๆ ห้อง
- รบกวนการทำงานของเพื่อนโดยการเข้าแหย่และยื้อยุดมุดมือเพื่อขัดขวาง

การทำงานของเพื่อน

(2) สาเหตุ

สาเหตุพฤติกรรมก่อนวัยก็คล้ายกับสาเหตุของพฤติกรรมของเด็กที่ซน แต่เด็กที่มีพฤติกรรมก่อนวัยทำไปเพื่อเรียกร้องความสนใจ

(3) แนวทางในการแก้ไขโดยทั่วไป

- ครูจะไม่ให้ความสนใจแก่พฤติกรรมที่รบกวนห้องเรียน นอกเสียจากว่าเป็นพฤติกรรมที่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนและมีความรุนแรงถึงขั้นบาดเจ็บเท่านั้น
- เมื่อมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ก็ให้ความสนใจหรือให้สิ่งที่เด็กพอใจ
- อาจจะฝึกให้เด็กควบคุมตนเองโดยการตั้งเกณฑ์ไว้ว่าควรจะมีพฤติกรรมก่อนวัยได้กี่ครั้งในเวลาที่กำหนด

5) พฤติกรรมลักษณะโมย

เด็กลักษณะโมย ได้แก่ เด็กที่ชอบหยิบฉวยสิ่งของของผู้อื่นเมื่อเจ้าของเผลอ บางทีก็ขโมยเพราะไม่มีสิ่งนั้น แต่บางทีก็ขโมยเพราะนิสัย หรืออาจขโมยเพื่อเป็นการแกล้งเพื่อนให้ได้รับความเดือดร้อน

(1) อาการที่แสดงออก

- หยิบสิ่งของของผู้อื่นมาเป็นของตน เมื่อผู้อื่นเผลอ
- ไม่ยอมรับความจริงเมื่อถูกจับได้

(2) สาเหตุ

- เด็กขาดแคลนในเรื่องข้าวของเพราะฐานะทางบ้านไม่ดี
- เรียกร้องความสนใจเพราะไม่เคยได้รับความสนใจจากพ่อแม่
- นิสัยเกเรก้าวร้าวชอบแกล้งผู้อื่นให้ได้รับความเดือดร้อนโดยการแกล้งขโมย

(3) แนวทางในการแก้ไขโดยทั่วไป

- ให้ความรักและความเข้าใจ ตลอดจนให้ความสนใจแก่เด็ก
- ว่ากล่าวตักเตือน
- หากเด็กขโมยและไม่ยอมรับก็ไม่ให้ความสนใจ
- ถ้าเด็กยอมรับก็ให้ความเห็นอกเห็นใจ และป้องกันมิให้เด็กได้รับการดูถูกเหยียดหยามจากเพื่อน ๆ

การแก้ไขและช่วยเหลือเมื่อเด็กเริ่มมีปัญหา

- 1) สร้างความสัมพันธ์ที่ดี
- 2) รับฟังปัญหาเด็กเสมอ ไม่ตำหนิ หรือสั่งสอนเร็วเกินไป ทำที่เป็นกลาง

- 3) เข้าใจปัญหา หาข้อมูลเพื่อให้รู้สาเหตุ และแนวทางการแก้ไขปัญหา
- 4) มองเด็กในแง่ดี มีความหวังในการแก้ปัญหาเสมอ
- 5) กระตุ้นให้คิดแก้ปัญหาด้วยตนเอง มีทางเลือกหลาย ๆ ทาง วิเคราะห์ทางเลือกร่วมกัน
- 6) ชี้แนะแนวทางแก้ไขปัญหาในกรณีที่เด็กคิดไม่ออกด้วยตัวเอง
- 7) เป็นแบบอย่างที่ดี
- 8) ใช้กิจกรรม กีฬา ดนตรี ศิลปะ กิจกรรมกลุ่ม
- 9) ให้เพื่อนช่วยเพื่อน อธิบายให้เพื่อนเข้าใจกัน ยอมรับและอยากช่วยเหลือกัน ไม่ตัวใครตัวมัน
- 10) ชมเชยเมื่อทำได้ดี
- 11) เมื่อทำผิด มีวิธีตักเตือน ชักจูงให้อยากเปลี่ยนแปลงแก้ไขตนเองให้ดีขึ้น
- 12) จัดสิ่งแวดล้อมให้เหมาะสม
- 13) ให้ครอบครัวมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาคอรัว

2.3.2 แนวทางช่วยเหลือและพัฒนาวัยรุ่น

1) การปรับพฤติกรรม

(1) ความหมายของการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรม (Behavior Modification) เป็นกระบวนการทางคลินิกที่ใช้หลักการจากทฤษฎีการเรียนรู้ ผนวกกับระเบียบวิธีการทางด้านจิตวิทยาการทดลองมาผสมผสานกัน เพื่อใช้ในการศึกษาพฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมรวมทั้งการแก้ไขพฤติกรรมที่เป็นปัญหา (เจษฎา บุญมาโฮม. 2551) การปรับพฤติกรรมเป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างเป็นระบบ เพื่อให้เป็นไปตามพฤติกรรมเป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยอาศัยหลักการและเทคนิควิธีการต่าง ๆ ดังนั้นการปรับพฤติกรรมจึงเป็นเทคนิควิธีการหนึ่งของการพัฒนาผู้เรียนได้ พฤติกรรมของนักเรียนในชั้นเรียน พฤติกรรมที่พึงประสงค์และพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ พฤติกรรมที่พึงประสงค์เป็นพฤติกรรมที่ดีแล้ว เราไม่จำเป็นต้องไปปรับเปลี่ยนอะไร แต่จะช่วยเสริมสร้างให้พฤติกรรมที่ดีอยู่แล้วมั่นคงและถาวรยิ่งขึ้นไป ส่วนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ถือว่าเป็นพฤติกรรมที่ไม่ดีมันจะสร้างปัญหาและนำความเดือดร้อนมาสู่ตนเองและกลุ่มอยู่เสมอ

(2) ความหมายของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

พฤติกรรมที่เป็นปัญหา หมายถึง พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมกับวัย เวลา และสถานที่ หรืออาจกล่าวอีกนัยหนึ่งได้ว่า พฤติกรรมที่เป็นปัญหา หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกที่แตกต่างไปจากปกติวิสัยที่คนทั่วไปประพฤติปฏิบัติและเป็นการกระทำที่ก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมา

(3) ลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

ลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของบุคคล สามารถแบ่งออกเป็นกลุ่มของลักษณะพฤติกรรมใหญ่ ๆ ได้ 6 กลุ่มด้วยกัน ดังนี้

(3.1) พฤติกรรมที่เกี่ยวกับบุคลิภาพ

พฤติกรรมที่เป็นปัญหาในลักษณะนี้จะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกวิตกกังวล ความกลัวหรือความท้อแท้สิ้นหวัง บุคคลพวกนี้จะไม่มีความสุขไม่ค่อยแสดงออก ลักษณะของพฤติกรรม ที่สามารถเห็นได้ชัดคือ บุคคลพวกนี้จะมีลักษณะของพฤติกรรมถอยหนี หลีกเลียง เฉื่อยชา ซ้ำซาก อ่อนไหวง่าย รู้สึกมีปมด้อย ท้อแท้ ซ้ำแล้ว ฝืนกลางวัน และวิตกกังวลจนเกินไป

ลักษณะของพฤติกรรมประเภทนี้ คนส่วนใหญ่มักไม่ค่อยได้สังเกตหรือรู้มากนัก เนื่องจากบุคคลประเภทนี้จะไม่มีความมั่นคง เช่น ในชั้นเรียนเด็กที่มีปัญหาในลักษณะที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพนี้ มักจะแสดงอาการวิตกกังวลเกินกว่าเหตุ หลีกเลี้ยงที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมชั้น ไม่อยากพูดหรือถกเถียงในกลุ่ม ไม่ยอมเขียนกระดานดำ หรือไม่ยอมอ่านหนังสือต่อหน้าเพื่อนร่วมชั้น เป็นต้น

(3.2) พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการแสดงออก

ลักษณะของพฤติกรรมประเภทนี้มักจะเกี่ยวข้องกับการแสดงออกในทางก้าวร้าว ต่อต้านสังคม อันเป็นเหตุทำให้เกิดความขัดแย้งกับเพื่อน ผู้เกี่ยวข้องหรือผู้มีอำนาจอื่น ๆ แม้กระทั่งผู้ปกครองของเขาเองก็ตาม พฤติกรรมเช่นนี้อาจจะเห็นได้จากการชกต่อย การไม่เชื่อฟัง การรบกวนผู้อื่น การทำลายของ การเรียกร้องความสนใจ ขี้ฉ้อฉล ใช้อำนาจที่หยาบคาย ตลอดจนชอบแสดงตัวเป็นเจ้านาย เด็กที่มีปัญหาพฤติกรรมในลักษณะนี้ นอกจากจะแสดงพฤติกรรมรบกวนผู้อื่นแล้ว ตนเองยังไม่รู้ดีกว่าพฤติกรรมที่ตนกำลังทำอยู่นั้น มีผลกระทบต่อบุคคลอื่น อีกทั้งยังไม่รู้ว่าตนเองได้กระทำความผิดอีกด้วย

(3.3) พฤติกรรมที่เกิดจากความแปรปรวนทางอารมณ์

พฤติกรรมที่เป็นปัญหาอันเนื่องมาจากความแปรปรวนทางอารมณ์นั้น มีลักษณะการแสดงออกให้เห็นหลายลักษณะซึ่งเป็นผลมาจากความผิดปกติทางอารมณ์ เช่น มีความคิดสับสน แสดงอาการเห็นภาพหลอน แสดงพฤติกรรมแปลก ๆ ที่บุคคลปกติทั่วไปไม่กระทำ บางคนก็อาจแสดงพฤติกรรมเดินพูดคนเดียว คิดว่าตนเป็นผู้มีอำนาจ ไม่สามารถรับรู้ความจริงได้ เป็นต้น

(3.4) พฤติกรรมที่แสดงถึงการขาดวุฒิภาวะ

พฤติกรรมที่แสดงถึงการขาดวุฒิภาวะ หมายถึง พฤติกรรมที่แสดงออกไม่เหมาะสมกับวัย หรือขั้นพัฒนาการของมนุษย์แต่ละวัย ลักษณะของพฤติกรรมประเภทนี้ ถ้าดูผิวเผินโดยไม่พิจารณาวัยและขั้นตอนของพัฒนาการแล้วอาจจะเห็นว่าเป็นพฤติกรรมปกติ แต่เมื่อพิจารณาพฤติกรรมนั้นว่าเป็นพฤติกรรมที่เหมาะสมกับวัยหรือไม่ อาจพบว่าพฤติกรรมนั้นเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่น เด็กอายุ 6 ขวบ ไม่ยอมเข้าร่วมสังสรรค์กับเพื่อน เด็กอายุเกิน 5 มีช่วงความสนใจไม่เกิน 5 นาที อายุเกิน 8 ขวบ นอนปัสสาวะรดที่นอน ซึ่งเด็กปกติแล้วเมื่ออายุมากกว่า 4 ขวบ ปัญหาการปัสสาวะรดที่นอนจะลดน้อยลงหรือไม่เกิดขึ้น เป็นต้น บุคคลกลุ่มนี้ถ้าเป็นเด็กมักจะแสดงพฤติกรรมบางอย่างที่ทำให้ครูและผู้ปกครองเข้าใจไขว้เขวได้ เช่น ชอบเล่นกับเด็กที่อายุน้อยกว่า การที่เขาชอบเล่นกับเด็กที่มีอายุน้อยกว่าก็เนื่องมาจากการที่เขาไม่มีทักษะเพียงพอที่จะมีปฏิสัมพันธ์กับเด็กที่ร่าเริงครวญครางเดียวกับตน เด็กพวกนี้มักจะถูกเพื่อนวัยเดียวกันล้อเลียนหรือเหยียดแกล้งออกจากเพื่อน

(3.5) พฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับความผิดพลาดในการรับรู้ทางสังคม

ลักษณะพฤติกรรมที่เป็นปัญหาประเภทนี้ เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากความผิดพลาดในการรับรู้สิ่งเร้าในสังคม ลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในกรณีนี้ จะเห็นได้จากการที่บุคคลไม่สามารถรับรู้และเข้าใจคำพูดหรือการสนทนาของผู้อื่น ไม่รู้ว่าเมื่อไรควรพูด เมื่อไรควรหยุดพูด ไม่เข้าใจภาษาท่าทาง ตลอดจนไม่สามารถแสดงออกในสังคมได้อย่างเหมาะสม

(3.6) พฤติกรรมที่เกิดเนื่องจากการอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม

ลักษณะพฤติกรรมที่เป็นปัญหาประเภทนี้ อาจเกิดในบุคคลที่ไม่ได้มีปัญหาพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพหรือการรับรู้ทางสังคม อีกทั้งไม่มีปัญหาทางอารมณ์อีกด้วย แต่เหตุที่บุคคลพวกนี้มี

พฤติกรรมที่เป็นปัญหา ก็เนื่องมาจากบุคคลเหล่านี้อยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม เช่น เด็กอยู่ในครอบครัวที่พ่อแม่ทะเลาะกันไม่ปรองดองกัน ด่าทอกันให้เด็กเห็นและได้ยิน เด็กก็จะเลียนแบบพฤติกรรมเหล่านั้นจากพ่อแม่ เด็กที่อยู่ในหมู่เพื่อนที่ชอบขโมยของเพื่อน เด็กก็จะเลียนแบบพฤติกรรมเหล่านั้นจากเพื่อน ๆ ว่าเป็นวีรบุรุษ หรือเป็นพระเอก พฤติกรรมขโมยของของเด็กนี้ได้รับการเสริมแรงจากเพื่อน ๆ จึงมีโอกาที่จะเกิดขึ้นอีก ในโอกาสต่อไป เป็นต้น การที่บุคคลอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ไม่เหมาะสม ย่อมเป็นการยากที่จะป้องกันไม่ให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ดังตัวอย่างที่กล่าวข้างต้น เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่พ่อแม่ทะเลาะวิวาทและด่าทอกันอยู่เสมอ เด็กได้เห็นได้ยินการกระทำและถ้อยคำที่พ่อแม่ใช้มาตลอดตั้งแต่เขาจำความได้ เด็กจึงอาจไม่รู้สึกว่าพฤติกรรมที่พ่อแม่แสดงให้เห็นนั้นเป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้องก็ได้ เพราะเขาอยู่ในสภาพแวดล้อมเช่นนั้นมาตลอดเวลา ตั้งแต่เล็กจนโต

ที่มา : การดัดแปลงพฤติกรรม. (2550). ที่มา www.crma.ac.th/cadet/training%20manual/L/I03/11

(4) สาเหตุของพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

ปัญหาพฤติกรรมของผู้เรียนนั้นอาจเกิดจากสาเหตุสำคัญ 3 ประการสรุปได้ ดังนี้

(4.1) พันธุกรรม

เป็นที่ยอมรับกันว่า สิ่งถ่ายทอดจากบรรพบุรุษไปสู่ลูกหลาน โดยผ่านกระบวนการของพันธุกรรม มิใช่มีแต่ลักษณะทางกายเท่านั้น หากยังรวมถึงลักษณะทางพฤติกรรมด้วย ลักษณะพฤติกรรมหลายอย่างถ่ายทอดทางพันธุกรรม เช่น อาการโคเรีย (Chorea) เป็นอาการชักกระตุกของแขนขา และกล้ามเนื้อบนใบหน้า รวมทั้งการผิดปกติทางจิตใจ ที่มีอาการหงุดหงิดโมโหง่าย เจ้าอารมณ์

(4.2) ความผิดปกติทางชีวเคมี

ความผิดปกติทางชีวเคมีในร่างกายของมนุษย์ มีผลต่อลักษณะพฤติกรรมของมนุษย์ด้วย เช่น อาการฟีเคีย (PKU) Phenylketonuria เกิดจากความผิดปกติของกระบวนการเปลี่ยนแปลงของสารเคมีในร่างกายไม่สังเคราะห์เอนไซม์สำหรับเผาผลาญ Phenylalanine ให้เป็นไทโรซีน Phenylalanine จะมีอยู่ในนม ขนหมู ปัง ไข่ เนื้อ และปลา หากสะสมมากเป็นกรดทำลายสมองที่กำลังเจริญเติบโต ผู้ที่มีอาการฟีเคีย เนื่องจากร่างกายไม่สามารถสังเคราะห์เอนไซม์สำหรับเผาผลาญ ฟีนิลลานิน ให้เป็นไทโรซีนได้ ถ้าร่างกายสะสมฟีนิลลานิน มากก็จะเป็นกรดทำลายสมองที่กำลังเจริญเติบโต ทำให้เด็กกลายเป็นเด็กปัญญาอ่อน และจากการศึกษา ผู้ที่มีอาการจิตเภทพบว่า ในเลือดของผู้ที่มีอาการจิตเภทมีสารกลูตาฮิโอน (Glutathione) น้อยกว่าในเลือดของผู้ที่ไม่ได้มีอาการจิตเภท ดังนี้ ความผิดปกติทางชีวเคมีจึงน่าจะมีส่วนทำให้เกิดพฤติกรรมที่ผิดปกติขึ้น

(4.3) สิ่งแวดล้อม

พฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้นเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อมนั้น เกิดขึ้นจากการที่มนุษย์ต้องมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม การมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมนั้น มนุษย์จะต้องปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ถ้าปรับตัวไม่ได้ก็จะเกิดปัญหาขึ้น สิ่งแวดล้อมที่มนุษย์ต้องมามีปฏิสัมพันธ์อยู่ตลอดเวลาแบ่งออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

- สิ่งแวดล้อมทางบ้าน บ้านนับเป็นสิ่งแวดล้อมประเภทแรกของเด็กและจัดว่าเป็นสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อลักษณะพฤติกรรมของเด็กมากที่สุด ทั้งนี้ เพราะบ้านหรือครอบครัวจะมีบทบาทสำคัญในการหล่อหลอมพฤติกรรมของเด็ก โดยเฉพาะลักษณะและวิธีการอบรมของบุคคลในครอบครัวจะส่งผลต่อพฤติกรรมของเด็กเป็นอย่างมาก เป็นต้นว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่มีความรักและอบอุ่น พ่อแม่รักใคร่

ปรองดองกัน จะเป็นเด็กที่มีอารมณ์มั่นคงสูงและปรับตัวเข้ากับสังคมได้ดี ในขณะที่เดียวกันเด็กที่มาจากครอบครัวที่แตกแยก มักจะเป็นเด็กที่ขาดความมั่นคงทางอารมณ์ ปรับตัวเข้ากับสังคมไม่ได้ มักมีพฤติกรรมก้าวร้าว ครอบครัวที่บุคคลในบ้านมีลักษณะพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เด็กก็จะเลียนแบบพฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้นไว้

- สิ่งแวดล้อมในโรงเรียน โรงเรียนนับเป็นสิ่งแวดล้อมที่สำคัญอีกแห่งหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อเด็ก โรงเรียนมีหน้าที่ในการถ่ายทอดวิชาความรู้และปลูกฝังคุณลักษณะที่ดีงามให้แก่เด็ก พฤติกรรมที่ดีงามหลายอย่างเกิดจากการปลูกฝังของครูที่โรงเรียน และพฤติกรรมที่เป็นปัญหาหลายอย่างก็อาจเกิดขึ้นเช่นกัน เนื่องจากครูในโรงเรียนเป็นต้นเหตุ โดยเฉพาะการปฏิบัติของครูที่ไม่เหมาะสมต่อเด็ก ย่อมมีผลทำให้เด็กแสดงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาได้ เช่น ครูใช้วิธีการลงโทษเมื่อเด็กไม่ทำตามที่ครูสั่ง การดู การพูดจาเยาะเย้ยประจานต่อหน้าเพื่อนในชั้นเรียน หรือต่อหน้าเพื่อนในที่ประชุม เป็นต้น ความเครียด ปัญหาทางอารมณ์ ก้าวร้าว อาจนำไปสู่พฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่าง ๆ ดังนั้น โรงเรียนจึงเป็นสิ่งแวดล้อมที่อาจเป็นสาเหตุของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็กได้

- สิ่งแวดล้อมในสังคม สิ่งแวดล้อมของเด็กในสังคมมีทั้งสิ่งแวดล้อม ที่เป็นบุคคลและสิ่งแวดล้อมที่ไม่มีบุคคล อันได้แก่ สภาพดินฟ้าอากาศ และสภาพของชุมชน ในบรรดาสีงแวดล้อมเหล่านี้ สิ่งแวดล้อมที่เป็นบุคคลจัดว่ามีอิทธิพลต่อการหล่อหลอมพฤติกรรมของเด็กเป็นอย่างมาก ถ้าสังคมที่เด็กอาศัยอยู่ ประกอบไปด้วยบุคคลที่มีคุณงามความดี ประพฤติตนเหมาะสม เป็นตัวอย่างที่ดีให้แก่เด็ก เป็นสังคมที่สมาชิกในสังคมประกอบขึ้นมาอาศัยะ ปราศจากแหล่งอบายมุข ย่อมมั่นใจได้ว่าเด็กในสังคมนั้นจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีของสังคมสืบไป ในทางกลับกันหากสังคมประกอบไปด้วยบุคคลที่ขาดคุณงามความดี ประพฤติตนเสเพล เกเร เป็นอันธพาล ไม่เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เด็ก ยิ่งไปกว่านั้นผู้ใหญ่อาจส่งเสริมหรือเล้ามสอนให้เด็กประพฤติหรือกระทำในสิ่งที่ไม่สมควร ย่อมจะมีผลทำให้เด็กประพฤติตนไม่เหมาะสม มีพฤติกรรมที่เป็นปัญหา และอาจเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่เป็นแบบอย่างที่ดีได้ เกิดปัญหาต่าง ๆ ทางสังคมต่อไป ดังนั้น สิ่งแวดล้อมในสังคมโดยเฉพาะบุคคลในสังคม หรือในชุมชนที่เด็กมีโอกาสเกี่ยวข้องด้วย ย่อมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็ก ดังได้กล่าวมาแล้ว

(4.4) สื่อมวลชน สื่อมวลชนไม่ว่าจะเป็นวิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หนังสือพิมพ์ หรือสื่ออื่น ๆ ในลักษณะเดียวกัน มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กเป็นอย่างมาก ยิ่งในปัจจุบันนี้ความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีมีมาก การแพร่ข่าวสารข้อมูลหรือเรื่องราวต่าง ๆ โดยอาศัยสื่อดังกล่าวข้างต้น กระทำได้อย่างรวดเร็ว และกว้างขวาง สื่อเหล่านี้มีผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็ก เพราะเป็นตัวอย่างในการเสนอตัวแบบให้แก่เด็ก ถ้าสื่อเหล่านี้เสนอข่าวสารข้อเท็จจริง หรือภาพของเรื่องราวที่ขาดความรอบคอบ เสนอตัวแบบที่ไม่เหมาะสมให้แก่เด็ก เด็กจะเลียนแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมนั้น ย่อมเป็นสาเหตุให้เด็กมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาตามมา ซึ่งเป็นไปตามหลักการเรียนรู้ ตามทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม

ที่มา : การดัดแปลงพฤติกรรม. (2550). ที่มา www.crma.ac.th/cadet/training%20manual/L/I03/11

(5) หลักการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรม มุ่งที่เสริมสร้างพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่มั่นคงถาวร และแสดงออกมากขึ้น ในขณะเดียวกันก็พยายามแก้ไขปรับปรุงพฤติกรรมไม่พึงประสงค์ให้เป็นพฤติกรรมที่ดีขึ้น และเสริมสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นมาใหม่เป็นการเพิ่มพฤติกรรม ดังนั้น การปรับพฤติกรรมจึงมีหลักการที่สำคัญ ดังนี้

(5.1) มุ่งที่พฤติกรรมโดยตรง โดยที่พฤติกรรมนั้นต้องสังเกตเห็นได้ และวัดได้ตรงกัน ซึ่งพฤติกรรมในที่นี้ หมายถึง สิ่งที่คุณกระทำ แสดงออก ตอบสนอง หรือโต้ตอบต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่สามารถสังเกตเห็นได้ ได้ยินได้ นับได้ อีกทั้งวัดได้ตามเครื่องมือที่เป็นวัตถุวิสัย ไม่ว่าจะเป็นการแสดงออกหรือการตอบสนองนั้น เป็นภายในหรือภายนอกก็ตาม เช่นการร้องไห้ การเดิน การคิด การเดินของชีพจร การอ่านหนังสือ เป็นต้น

(5.2) ไม่ใช่คำที่เป็นการตีตรา การใช้การตีตรา เช่น คำว่าก้าวร้าว ฉลาด โง่ เกเร ชี้เกียจ เก่ง เป็นต้น เพราะคำตีตราเหล่านี้ มักจะเป็นคำที่มีความหมายกว้าง ๆ ที่รวมพฤติกรรมหลาย ๆ ลักษณะเข้าด้วยกัน จึงทำให้ไม่ชัดเจน ยกแก่การสังเกตให้ตรงกัน เนื่องจากต่างคนต่างรับรู้การตีตราแตกต่างกันและยากแก่การจัดโปรแกรมการปรับพฤติกรรมให้บรรลุเป้าหมายได้ นอกจากนี้บุคคล (เด็ก) ที่ถูกตีตราว่าชี้เกียจ อาจจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ที่แสดงให้เห็นว่าชี้เกียจจริง การตีตราต้องทำให้ผู้ที่เกี่ยวข้องเกิดความอับอายได้ ถ้าการตีตรานั้นเป็นการตีตราในลักษณะที่ไม่เหมาะสม เช่น ตีตราเด็กว่าเป็นคนเห็นแก่ตัว ซึ่งถ้าผู้ปกครองรู้เข้าก็เกิดความอับอายได้ เป็นต้น

(5.3) พฤติกรรม ไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมที่ปกติหรือไม่ปกติก็ตาม ย่อมเกิดจากการเรียนรู้ในอดีตทั้งสิ้น ดังนั้นพฤติกรรมเหล่านี้สามารถเปลี่ยนแปลงได้โดยใช้กระบวนการเรียนรู้

(5.4) การปรับพฤติกรรมจะเป็นที่สภาพและเวลาในปัจจุบันเท่านั้น แม้ว่าการเรียนรู้จะเกิดขึ้นในอดีตก็ตาม แต่เงื่อนไขสิ่งเร้าและผลกรรมในสภาพปัจจุบันเป็นตัวกำหนดว่าพฤติกรรม ที่เรียนรู้ในอดีตนั้น จะมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือลดลง ดังนั้นถ้าสามารถวิเคราะห์ได้ว่าสิ่งเร้าและผลกรรมใดที่ทำให้พฤติกรรมเหล่านั้นเกิดขึ้นบ่อยครั้งหรือลดลงในสภาพปัจจุบัน ก็จะสามารถทำให้ปรับสิ่งเร้าและผลกรรมนั้นเหมาะสมยิ่งขึ้น เพื่อที่จะทำให้พฤติกรรมดังกล่าวเปลี่ยนแปลงไปตามเป้าหมายที่ต้องการ

(5.5) การปรับพฤติกรรมนั้น จะเป็นวิธีการทางบวกมากกว่าที่จะใช้วิธีการลงโทษ ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคล เนื่องจากเป้าหมายของการปรับพฤติกรรมนั้น จะเน้นการเพิ่มพฤติกรรมที่พึงประสงค์ จึงจำเป็นต้องใช้วิธีการทางบวกเพื่อสนับสนุนให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์เพิ่มมากขึ้น วิธีการทางบวกเป็นวิธีการที่มีประสิทธิภาพ อีกทั้งก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์น้อยกว่าการใช้วิธีการลงโทษ นอกจากนี้วิธีการลงโทษเป็นวิธีการที่ไม่มีประสิทธิภาพเลย ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลให้ไปในทิศทางที่พึงประสงค์ เนื่องจากการลงโทษเป็นวิธีการที่ใช้เพื่อระงับพฤติกรรมเท่านั้นมิใช่เพื่อการพัฒนาพฤติกรรม แต่อย่างไรก็ตามมิได้หมายความว่า การลงโทษไม่ควรจะใช้เลย การลงโทษควรจะใช้อย่างยิ่งในกรณีที่บุคคลมีพฤติกรรมที่มีความรุนแรง ตลอดจนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ให้แก่บุคคล ถ้าไม่ลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้นเสียก่อน นอกจากนั้นการลงโทษยังสามารถสนองวัตถุประสงค์ในแง่ของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ชั่วขณะหนึ่ง เพื่อที่จะได้มีเวลาพอที่จะเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ที่พึงประสงค์ได้

(5.6) วิธีการปรับพฤติกรรมนั้น สามารถใช้ได้เหมาะสมตามลักษณะปัญหาของแต่ละบุคคล เนื่องจากมีความเชื่อว่าบุคคลแต่ละคนนั้นมีความแตกต่างกัน การลงโทษวิธีหนึ่งอาจจะใช้ได้ผลกับคน ๆ หนึ่ง แต่อาจจะใช้ไม่ได้ผลกับอีกหลาย ๆ คนได้เช่นเดียวกัน ตัวเสริมแรงตัวหนึ่งอาจจะมีประสิทธิภาพสูงมาก เมื่อใช้กับคนบางคนแต่อาจจะไม่มีประสิทธิภาพเลย ถ้าใช้กับคนอีกกลุ่มหนึ่ง ดังนั้นในการดำเนินการปรับพฤติกรรมจึงต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลด้วย

(5.7) วิธีการปรับพฤติกรรมเป็นวิธีการที่ได้รับการพิสูจน์มาแล้วว่ามีประสิทธิภาพและได้ผล โดยวิธีการทางวิทยาศาสตร์

(6) เทคนิคการปรับพฤติกรรม

การปรับพฤติกรรมเพื่อให้ได้พฤติกรรมที่พึงประสงค์ผู้ปรับพฤติกรรมจะต้องรู้จักเลือกเทคนิคให้เหมาะสมถูกต้อง ในการเลือกเทคนิคของการปรับพฤติกรรมนั้น ผู้ปรับพฤติกรรมจะต้องรู้ก่อนว่า พฤติกรรมที่ตนเองจะปรับนั้น คือ พฤติกรรมใดจะปรับเปลี่ยนไปในทิศทางใด จะเพิ่มพฤติกรรมหรือคงไว้หรือลดพฤติกรรมจะได้เลือกเทคนิคที่จะใช้ในการปรับพฤติกรรมได้เหมาะสมถูกต้อง

ทั้งนี้ ประเสริฐ แจกจันทิก (2541) ได้อธิบายเทคนิคที่นิยมใช้ในการพฤติกรรม 4 ประเภท ดังนี้

(6.1) เทคนิคที่ใช้ในการสร้างพฤติกรรมใหม่

เทคนิคที่ควรใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ให้แก่เด็กหรือนักเรียน ที่ครูจะสามารถนำไปใช้ในการปรับพฤติกรรมของนักเรียนให้ได้พฤติกรรมใหม่ ได้แก่ เทคนิคต่อไปนี้

(6.1.1) เทคนิคการแต่งพฤติกรรม (Shaping) เป็นเทคนิคสำหรับใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ โดยการเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เราคาดหวังว่าจะนำไปสู่พฤติกรรมที่ต้องการ หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ได้ ซึ่งการใช้เทคนิคการแต่งพฤติกรรม ครูหรือผู้ปกครอง สามารถดำเนินการได้ตามขั้นตอนต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 เลือกพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการให้เกิดขึ้น โดยที่พฤติกรรมนั้นจะต้องเฉพาะเจาะจง และสามารถที่จะเลือกใช้ตัวเสริมแรงทางธรรมชาติเสริมแรงได้ เช่น การออกเสียงควบกล้ำในภาษาไทย

ขั้นตอนที่ 2 เลือกตัวเสริมแรงทางบวกที่เหมาะสม เช่น คำชมเชย หรือให้รางวัลเป็นวัตถุสิ่งของ

ขั้นตอนที่ 3 ลงมือปฏิบัติแต่งพฤติกรรมพร้อมกับการให้การเสริมแรงควบคู่กันไปกับการเสริมแรงในพฤติกรรมนั้น ๆ จะต้องให้ทันทีที่พฤติกรรมที่กำหนดไว้เกิดขึ้นและให้ในปริมาณที่พอเหมาะไม่ควรให้มากหรือน้อยเกินไป

(6.1.2) เทคนิคการเลียนแบบ (Modeling) เป็นกระบวนการเรียนรู้โดยอาศัยการสังเกตจากพฤติกรรมของตัวแบบ ซึ่งพฤติกรรมของตัวแบบสามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการเสริมสร้างพฤติกรรมใหม่ได้ โดยการให้มีโอกาสสังเกตพฤติกรรมของตัวแบบหลาย ๆ พฤติกรรม หลาย ๆ ตัวแบบ ทั้งชายและหญิง ซึ่งได้แก่ มารดา บิดา ครูบาอาจารย์ หรือเพื่อน ๆ

การเลียนแบบจากพฤติกรรมของตัวแบบนี้ ว่าที่จริงมันเกิดได้เองตามธรรมชาติอยู่แล้ว เช่น เด็กจะเลียนแบบจากบิดามารดา ปู่ ย่า ตา ยาย หรือคนใกล้ชิด เพราะการเลียนแบบมันเกิดขึ้นได้ง่ายในชีวิตประจำวัน ผู้เลียนแบบไม่ต้องใช้ความพยายามอะไร มันจะถูกดูดซึมเข้าไปสู่วิถีชีวิตที่ละน้อย ๆ จนกลายเป็นแบบแผนของพฤติกรรม เช่น พฤติกรรมการกิน การแต่งกาย การเคารพกราบไหว้ เป็นต้น แต่เมื่อเด็กโตขึ้นเรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษา ระดับอุดมศึกษา การเลียนแบบก็จะค่อย ๆ ลดลง เขาจะเลือกเอาพฤติกรรมบางพฤติกรรมที่เขาชอบ ฟังพอใจ และเหมาะกับเขาเท่านั้น ซึ่งการใช้ตัวแบบให้ได้ผลนั้นจะต้องยึดหลักดังนี้

- ใช้ตัวแบบให้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์หลาย ๆ ตัวแบบ
- เลือกตัวแบบที่มีลักษณะใกล้เคียงผู้เลียนแบบ และมีสภาพแวดล้อมใกล้เคียงกัน
- ควรจะให้การเสริมแรงตัวแบบที่แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ทันที

- เมื่อผู้เลียนแบบได้แสดงพฤติกรรมสอดคล้องกับตัวแบบก็ให้การเสริมแรงทันทีเช่นเดียวกัน

(6.2) เทคนิคที่ใช้ในการเพิ่มพฤติกรรม หรือ คงพฤติกรรมไว้

พฤติกรรมที่ได้รับการเสริมสร้างขึ้นมาใหม่ โดยการแต่งพฤติกรรมและการเลียนแบบนั้น อาจจะกลายเป็นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ที่ถาวรได้ หรืออาจจะเปลี่ยนแปลงหรือหายไปก็ได้ การที่จะสามารถคงพฤติกรรมหรือเพิ่มพฤติกรรมให้คงอยู่ได้ อาศัยเทคนิคการปรับพฤติกรรมหลายวิธีการ ดังนี้

(6.2.1) การเสริมแรงทางบวก (Positive Reinforcement) การเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมอันเป็นผลมาจากการที่ให้สิ่งที่มีอิทธิพลพึงพอใจ หลังจากได้แสดงพฤติกรรมนั้นแล้ว สิ่งที่มีอิทธิพลพึงพอใจนั้นเรียกว่า ตัวเสริมแรงทางบวก พฤติกรรมใดที่เราต้องการจะพัฒนาเช่นพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการเรียน การทำการบ้าน การยกมือถามตอบคำถาม การอ่านหนังสือ พฤติกรรมการพูดความจริง เราก็ใช้การเสริมแรงทางบวก

การใช้การเสริมแรงทางบวกให้มีประสิทธิภาพ มีหลักปฏิบัติดังนี้

- ต้องให้การเสริมแรงทันทีที่พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้น
- ตัวเสริมแรงที่ให้อาจต้องมีขนาดและจำนวนพอเหมาะกับความต้องการของ

อินทรีย์ไม่มากจนเกินไป เพราะจะทำให้ตัวเสริมแรงหมดคุณค่าได้

- ตัวเสริมแรงที่จะให้นั้นจะต้องตรงกับที่อินทรีย์ต้องการ
- ในกรณีที่ต้องการให้พฤติกรรมที่สร้างใหม่เกิดขึ้นสม่ำเสมอ ครูหรือผู้ปรับ

พฤติกรรมจะต้องให้การเสริมแรงทุกครั้งที่พฤติกรรมเกิดขึ้น ซึ่งจะทำให้พฤติกรรมเกิดขึ้นบ่อยครั้งและควรเปลี่ยนมาให้การเสริมแรงเป็นบางครั้งเพื่อให้พฤติกรรมนั้นอยู่คงทนได้ตลอดไป

การใช้การเสริมแรงทางบวกในการปรับพฤติกรรมนั้น เป็นวิธีการเพิ่มพฤติกรรมที่ใช้ได้ง่ายและไม่ก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์เหมือนการใช้วิธีหยุดยั้ง การลงโทษ หรือ การเสริมแรงทางลบ แต่การใช้การเสริมแรงทางบวกจะใช้ได้ผลหรือไม่ขึ้นอยู่กับชนิดของตัวเสริมแรง ซึ่งตัวเสริมแรงนั้นจะต้องเป็นสิ่งที่นักเรียนมีความพึงพอใจประกอบด้วยสิ่งต่อไปนี้คือ

- อาหารหรือของที่ชอบได้ เป็นตัวเสริมแรงที่ไม่ต้องวางแผนใจ จึงสามารถใช้ได้ง่ายและมีประสิทธิภาพมาก โดยเฉพาะเมื่อใช้กับเด็ก อาหารหรือสิ่งที่ชอบได้จะได้อาหารได้แก่ ขนมทุกชนิด อาหารต่าง ๆ เครื่องดื่ม น้ำอัดลม เป็นต้น แต่การใช้อาหารหรือของที่ชอบได้มักจะมีปัญหาในการใช้บ้าง เช่น ไม่สามารถให้ได้ทันทีที่พฤติกรรมที่พึงประสงค์เกิดขึ้น เพราะต้องเสียเวลาสั่งหรือเตรียมอาหาร และไม่เหมาะสมกับสถานการณ์ เพราะเด็กต้องหยุดพฤติกรรมเพื่อกินอาหาร และไม่เหมาะที่จะใช้กับเด็กเป็นกลุ่ม

- ตัวเสริมแรงทางสังคม ได้แก่ การพูดจาเยอชมเชย การยิ้ม การมองตา การสัมผัส การโอบกอด การพยักหน้ารับ เป็นต้น การเสริมแรงทางสังคมเป็นการเสริมแรงที่ต้องวางแผนใจ และสามารถนำไปใช้ในสถานการณ์ทั่วไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ การเสริมแรงทางสังคมอาจแบ่งได้ 2 ลักษณะ คือ 1) การใช้วาจา เป็นคำยกย่องชมเชยด้วยความจริงใจ เช่น ดีมาก ถูกต้อง ดีเยี่ยม เป็นที่หนึ่งเลย วิเศษ ทำงานดีมาก ความคิดดีมาก น่าสนใจ เก่งมาก ๆ เป็นต้น 2) การใช้ท่าทาง เช่น แสดงออกทางสีหน้า ยิ้ม หัวเราะ มองด้วยความสนใจ พยักหน้าแสดงการยอมรับ หรือรับฟัง หรือ การแตะ การสัมผัส การกอด การจับมือ ปีบมือ การแตะไหล่หรือหลังเบา ๆ เป็นต้น

- การใช้หลักของฟรีแม็ค (Premack ' s principle) คือ การใช้พฤติกรรมหรือกิจกรรมที่เด็กชอบทำมากที่สุดมาเสริมแรงพฤติกรรมหรือกิจกรรมที่เด็กชอบทำน้อยที่สุด เช่น เด็กชอบดูโทรทัศน์มากที่สุด แต่ไม่ชอบทำการบ้าน พ่อแม่อาจจะใช้หลักของฟรีแม็คได้โดยการวางเงื่อนไขกับเด็กว่า ถ้าต้องการจะดูโทรทัศน์จะต้องทำการบ้านให้เสร็จก่อนจึงจะดูได้ หรือในห้องเรียนนักเรียนชอบเล่นเกมมาก นักเรียนต้องทำแบบฝึกหัดให้เสร็จก่อนจึงจะเล่นได้ เป็นต้น

ข้อดีของการใช้หลักของฟรีแม็คก็คือ กิจกรรมต่าง ๆ ที่จะนำมาใช้เป็นตัวเสริมแรงกับเด็กมีอยู่แล้วในโรงเรียนหรือในห้องเรียน เช่น การอ่านหนังสือ การเล่นเกม การทำแบบฝึกหัดหรือ การบ้าน เป็นต้น

- การใช้เบี้ยอรรถกร (Tokens Economy) เบี้ยอรรถกรคือ ตัวเสริมแรง ที่ต้องวางเงื่อนไข ซึ่งได้แก่ เบี้ย ดาว คุปอง แด้ม หรือ ตัว เป็นต้น ซึ่งเบี้ยอรรถกรเหล่านี้สามารถนำไปแลกเป็นตัวเสริมแรงตัวอื่น ๆ ได้มากกว่า 1 ตัวขึ้นไป เช่น นำไปแลกเป็นอาหาร ขนม เครื่องเขียน แบบเรียน เป็นต้น

- การให้ข้อมูลย้อนกลับ (Informative Feedback) คือ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลการกระทำของเด็กหรือผลของพฤติกรรมที่ได้แสดงออกไปแล้ว เพื่อให้เด็กทราบผลการกระทำของตนเองว่าเป็นอย่างไร การให้ข้อมูลย้อนกลับเป็นตัวเสริมแรงที่ต้องวางเงื่อนไข และต้องใช้ควบคู่กับตัวเสริมแรงอื่น จึงจะได้ผล เช่น ใช้ควบคู่กับตัวเสริมแรงทางสังคม หรือเบี้ยอรรถกรจะทำให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เป็นต้น

(6.2.2) การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) คือ การเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมอันเป็นแรงเนื่องมาจากความสำเร็จในการหลีกเลี่ยง หรือหนี จากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ ซึ่งสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจนั้น เราเรียกว่า การเสริมแรงทางลบ (Negative Reinforcement) เช่น บังอรกลัวว่าตัวเองจะสอบตกจึงพยายามหลีกเลี่ยงหรือหนี การสอบตก โดยขยันอ่านหนังสือ ตำราทุก ๆ วัน พฤติกรรมการอ่านหนังสือของบังอรนั้นได้รับการเสริมแรงโดยการหลีกเลี่ยงการสอบตก ซึ่งเป็นตัวเสริมแรงทางลบ

หลักของการเสริมแรงทางลบก็คือ การให้สิ่งเร้าที่เด็กไม่พึงพอใจตลอดเวลาเพื่อเด็กจะได้แสดงพฤติกรรมหลีกเลี่ยงหนีจากสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจนั้น ในการใช้สิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจนั้นผู้ใช้จะต้องมีการให้สัญญาณล่วงหน้าว่า ถ้ามีสัญญาณเกิดขึ้นแล้ว ไม่ทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์ก็จะได้รับสิ่งเร้าที่ไม่พึงพอใจ

การใช้การเสริมแรงทางลบในการปรับพฤติกรรมในโรงเรียนนั้น ไม่ค่อยนิยมใช้กันมากนัก เพราะการใช้การเสริมแรงทางลบจะก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ได้มาก เด็กอาจจะก้าวร้าวมากขึ้น เพราะเกิดความเครียดทางอารมณ์

(6.2.3) การวางเงื่อนไขเป็นกลุ่ม (Group Contingency) เป็นวิธีการปรับพฤติกรรมนักเรียน โดยใช้การวางเงื่อนไขหรือกำหนดเงื่อนไขขึ้นมา เพื่อให้ให้นักเรียนได้แสดงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ และเป็นไปตามเงื่อนไขที่กำหนด ครูอาจจะใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรมทั้งห้องหรือนักเรียนคนใดคนหนึ่ง โดยการวางเงื่อนไข เป็นกลุ่มได้ 2 ทางด้วยกันคือ

- โดยการวางเงื่อนไขการเสริมแรงต่อนักเรียนทั้งชั้นต่อการแสดงพฤติกรรมที่เหมาะสมกับเด็กคนใดคนหนึ่งในห้องเรียนนั้น เช่น ครูต้องการที่จะปรับพฤติกรรมของเสนาะให้พูดคุยในห้องให้น้อยลงและให้อ่านหนังสือให้มากขึ้น ครูอาจทำได้โดยบอกนักเรียนทั้งชั้นว่านักเรียนจะได้เวลาว่างไปเล่นเกม ถ้าเสนาะตั้งใจอ่านหนังสือโดยไม่คุยเป็นเวลา 30 นาที การรวมเงื่อนไขกลุ่มเช่นนี้ทำให้เพื่อน ๆ ต้องหันมาอ่านหนังสือและหยุดพูดคุยกับเสนาะไปด้วย

- โดยการวางเงื่อนไขการเสริมแรงต่อความร่วมมือกันภายในกลุ่ม ตัวอย่างเช่น ครูพบว่า นักเรียนทั้งชั้นไม่สนใจเรียน มักจะลุกเดินไปมาและหยอกล้อกันส่งเสียงดังมาก ครูอาจจะตั้งเงื่อนไขว่า ถ้านักเรียนในชั้นไม่คุยกันเสียงดังและลุกเดินไปมา ครูจะให้เวลาว่าง 10 นาที ก่อนเลิกเรียนไปเล่นเกมตามที่ ต้องการ แต่ครูจะหักเวลา 1 นาที ทุก ๆ ครั้งที่นักเรียนพูดคุยกันส่งเสียงดังหรือลุกเดินไปมา 1 ครั้ง ซึ่งการวางเงื่อนไขเช่นนี้จะทำให้นักเรียนทั้งชั้นหันมาควบคุมตนเอง ซึ่งวิธีการนี้จะใช้ได้ผลมากทั้งเด็กเล็ก และเด็ก วัยรุ่นส่วนเงื่อนไขที่ตั้งขึ้นนั้น ครูจะใช้ตัวเสริมแรงทางบวกตัวใดก็ได้ที่คิดว่าจะมีประสิทธิภาพสูงที่สุด ในการเสริมแรง

(6.3) เทคนิคที่ใช้ในการลดพฤติกรรม

การลดพฤติกรรม หมายถึง การตัดทอนหรือลบพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ออกไป ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวอาจจะสร้างปัญหาและความเดือดร้อนให้แก่ตัวเองและผู้อื่นได้ ดังนั้นบิดา มารดาหรือ ครูอาจารย์จะต้องรีบแก้ไขโดยการลดพฤติกรรม หรือตัดทอน หรือลบพฤติกรรมนี้ออกไป ซึ่งเราสามารถใช้ เทคนิคต่าง ๆ ได้หลายประการดังนี้

(6.3.1) การลงโทษ (Punishment) คือ การให้สิ่งเร้าที่เด็กไม่พึงพอใจหรือถอดถอน สิ่งของเด็กไม่พึงพอใจ หลังจากที่ได้แสดงพฤติกรรมเป็นผลทำให้พฤติกรรมนั้นลดลง ซึ่งการลงโทษ โดยการให้ สิ่งที่เด็กไม่พึงพอใจเรียกว่าการลงโทษทางบวก สิ่งที่ไม่พึงพอใจหมายถึงเหตุการณ์หรือสิ่งของใด ๆ ก็ได้ที่ทำให้ผู้ ได้รับเกิดความไม่พึงพอใจ เช่น การถูกตี การถูกตำหนิ การถูกไฟฟ้าช็อต การแสดงสีหน้าไม่พอใจไม่ยอมรับ การยืมเยาะ เป็นต้น พฤติกรรมที่เด็กกำลังแสดงอยู่ เมื่อได้รับสิ่งที่ไม่พึงพอใจพฤติกรรมจะยุติลงแสดงว่าได้รับการลงโทษแล้ว เทคนิคการลงโทษเป็นเทคนิคที่ได้ผลในการระงับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ได้ดีที่สุด

หลักในการใช้การลงโทษให้มีประสิทธิภาพมากที่สุด ควรปฏิบัติดังนี้

- การลงโทษจะต้องลงโทษด้วยความรุนแรง ยิ่งรุนแรงเท่าไรยิ่งทำให้พฤติกรรมยุติลงเร็วเท่านั้น
- การลงโทษไม่ควรให้เป็นขั้นตอน เพราะจะทำให้เด็กสามารถปรับตัวได้และ จะทำให้การลงโทษไม่ได้ผล
- การลงโทษนั้นต้องให้ทันทีที่พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เกิดขึ้น ถ้าไม่เช่นนั้น จะก่อให้เกิดปัญหาในการปรับตัวของเด็ก
- การลงโทษควรจะลงโทษที่พฤติกรรมต้นเหตุ เช่น เด็กตีกันหน้าโรงภาพยนตร์ เพราะหนีโรงเรียนไปดูหนัง การลงโทษจึงควรเป็นการที่เด็กหนีโรงเรียน
- การลงโทษให้ได้ผล ควรจะใช้ควบคู่ไปกับการเสริมแรงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ด้วย เช่น ครูอาจจะลงโทษพฤติกรรมคุยกันในห้องเรียน ขณะเดียวกันก็เสริมแรงพฤติกรรมการทำงานในชั้นเรียน ซึ่งจะทำให้เด็กรู้ว่าตนควรจะแสดงพฤติกรรมอะไรจึงจะถูกต้อง

การลงโทษมีได้หลายประเภท เช่น การลงโทษโดยการเขียนตีให้เจ็บกายและการลงโทษทางจิตใจ แต่อย่างไรก็ตาม การลงโทษส่งผลกระทบมาก ถ้าไม่จำเป็นก็ไม่ควรใช้ผลกระทบของการลงโทษมีดังนี้

- เกิดปัญหาทางอารมณ์ เกิดความคับแค้นใจอาจจะแยกตัวจากสังคมได้
- เกิดการหลีกเลี่ยงจากสิ่งที่ไม่พึงพอใจ เช่น หนีโรงเรียน

- เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น ขว้างปาข้าวของ กระแทกเท้า หรือตีน้อง ตีเพื่อน เป็นต้น
- อาจจะทำให้เกิดพฤติกรรมฝังใจจากประสบการณ์ที่ได้รับมาและนำไปใช้ในอนาคตได้
- ก่อให้เกิดปัญหาต่อพฤติกรรมอื่น ๆ มากมาย เช่น การอาฆาตเค้น ทูบทำลาย เป็นต้น

แต่อย่างไรก็ตามเทคนิคการลงโทษเป็นเทคนิคที่มีประสิทธิภาพสูงมากในการยุติพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และควรพิจารณานำมาใช้อย่างยิ่งในกรณีดังต่อไปนี้

- พฤติกรรมที่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ตนเองและผู้อื่น เช่น พฤติกรรมทำร้ายตนเอง พฤติกรรมชอบเล่นไฟ เล่นของแหลมมีคม เล่นปืน เป็นต้น

- เมื่อไม่มีวิธีการอื่น ๆ ที่สามารถนำมาใช้เหมาะกับสภาพการณ์นั้น

- เมื่อต้องการเสริมแรงพฤติกรรมใด และเตรียมการเสริมแรงพฤติกรรมนั้นอยู่แล้ว

(6.3.2) การใช้เวลานอก (Time Out) เป็นเทคนิคการลดพฤติกรรม โดยอาศัยหลักการลงโทษ เวลานอก คือ การนำเอาตัวเด็กออกสถานที่ที่ได้รับการเสริมแรงในช่วงระยะเวลาหนึ่งอันเป็นผลให้พฤติกรรมที่ได้กระทำอยู่และได้รับการเสริมแรงยุติลง

ครูสามารถใช้เวลานอกในการปรับพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ของเด็กคนใดคนหนึ่งได้ โดยการที่เมื่อใดก็ตามที่เด็กแสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ครูจะให้เด็กออกไปอยู่นอกห้องเรียนเป็นเวลา 5 นาที แล้วจึงให้กลับเข้ามาในห้องตามเดิม ซึ่งจะมีผลให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์เปลี่ยนแปลงไป การใช้เวลานอกสามารถกระทำได้ 2 วิธี คือ

- การนำเอาเด็กออกไปจากสภาพที่ได้รับการเสริมแรง ตัวอย่างเช่น กรณีเด็กแสดงพฤติกรรมแปลก ๆ แล้วได้รับความสนใจจากเพื่อน ๆ ครูอาจจะแก้ไขปัญหาดังกล่าวโดยการนำเอาเด็กคนนั้นไปอยู่อีกห้องหนึ่งที่ไม่มีการอยู่เลยเป็นระยะเวลาสั้น ๆ แล้วจึงให้กลับเข้ามาในห้อง

- การนำเอาตัวเสริมแรงออกจากสภาพที่เด็กอยู่ ตัวอย่าง เช่น กรณีเด็กได้แสดงพฤติกรรมแปลก ๆ ครอบงวนชั้นเรียน แล้วได้รับความสนใจจากเพื่อน ๆ ครูอาจจะแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยการนำเอาเด็กคนอื่น ๆ ออกไปจากห้องให้ไปอยู่อีกห้องหนึ่งเป็นเวลา 5 นาที โดยให้เด็กที่แสดงพฤติกรรมแปลก ๆ อยู่ในห้องคนเดียว

การใช้เวลานอกเป็นเทคนิคการปรับพฤติกรรมที่มีข้อดีที่ว่า ใช้เวลาที่ค่อนข้างสั้น วิธีการไม่ยุ่งยาก และไม่ก่อให้เกิดความเจ็บปวดทางร่างกาย แต่มีข้อควรระวังในการใช้วิธีนี้นี้อยู่บ้างคือ ไม่ควรใช้เวลานอกกับเด็กที่แยกตัวหรือชอบอยู่คนเดียว และไม่ควรจะใช้ช่วงเวลาที่ยาวนานเกิน 5 – 10 นาที เพราะจะทำให้การใช้เวลานอกไม่มีประสิทธิภาพ

(6.3.3) การปรับสินไหม (Response Cost) คือ การถอดถอนสิ่งที่เด็กพึงพอใจหลังจากที่แสดงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น มาเรียนสาย พูดคำหยาบคาย ไม่ทำการบ้าน เป็นต้น การปรับสินไหมเป็นวิธีการลงโทษทางลบ เช่น สมัครง่ายชำรุดตรงทางม้าลาย จึงถูกปรับ 300 บาท สุวลิณีเรียนเลยถูกคุณแม่หักค่าขนมเหลือวันละ 10 บาท สมพรมมาเรียนสายบ่อย ๆ จึงต้องจ่ายเงินใส่กล่องหน้าห้องเรียนครั้งละ 1 บาท ของการมาสาย 1 ครั้ง เป็นต้น การปรับสินไหม เป็นวิธีการลงโทษที่ไม่ค่อยจะนิยมใช้กันมากนักในโรงเรียนเนื่องจากมีข้อจำกัดอยู่บางประการ คือ จะใช้การปรับสินไหมไม่ได้เลยถ้าเด็กไม่มีของจะให้ปรับ และถ้าปรับเงินเด็กก็จะมีปัญหากับผู้ปกครองได้ แต่อย่างไรก็ตามวิธีการปรับสินไหมก็มีข้อดีอยู่หลายประการคือ

- มีผลต่อการลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ที่เร็วมาก
- ผลของการใช้การปรับสินไหมจะคงอยู่นานมากกว่าการลงโทษอื่น
- เป็นวิธีการที่ใช้ได้ง่ายและสะดวก

แต่การปรับสินไหมก็มีข้อควรระวังในประเด็นต่อไปนี้

- อัตราการปรับสินไหมต้องให้พอเหมาะพอควร ถ้ารุนแรงไปอาจจะนำไปสู่ปัญหาความขัดแย้งกับผู้ปกครองเด็กได้

- ควรพิจารณาถึงประสบการณ์ของเด็กว่าเคยมีมาก่อนหรือไม่ ถ้าเคยมีประสบการณ์มาแล้ว ก็ควรเพิ่มอัตราการปรับสินไหมสูงขึ้น แต่ถ้าไม่เคยมีประสบการณ์มาก่อน ก็ควรปรับสินไหมในอัตราที่ต่ำลง

- ควรจะมีข้อตกลงหรือเงื่อนไขให้ชัดเจนก่อนลงมือปฏิบัติเพื่อป้องกันปัญหาความขัดแย้ง

(6.3.4) การหยุดยั้ง (Extinction) คือ การยุติการให้การเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่เคยได้รับการเสริมแรง อันเป็นผลทำให้พฤติกรรมนั้นลดลงหรือยุติลงในที่สุด เช่น แม่จะจ่ายค่าขนมทุกวันที่ลูกไปเรียนหนังสือ แต่ถ้าแม่หยุดจ่ายค่าขนมให้ลูกวันใด พฤติกรรมการไปเรียนจะค่อย ๆ ลดลงและถ้าไม่ได้รับเงินติดต่อกัน พฤติกรรมการมาเรียนของเด็กก็จะหยุดลงหรือสาบสูญหายไปได้เช่นกัน แต่ถ้าฝ่ายสามีหยุดโต้ตอบ พฤติกรรมโต้เถียงของภรรยา ก็จะหยุดลง เป็นต้น ในการใช้การหยุดยั้งเพื่อลดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้น ผู้ใช้จะต้องพิจารณาว่า พฤติกรรมที่ต้องการจะให้ลดลงนั้น เป็นพฤติกรรมที่อาจก่อให้เกิดอันตรายต่อตัวเด็กหรือไม่ เนื่องจากการใช้การหยุดยั้งนั้นจะทำให้พฤติกรรมที่ต้องการจะลดนั้นเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วจากนั้น จึงค่อย ๆ ลดลง เช่น กรณีคนติดสารเสพติด พอขาดยาอาการคุ้มคลั่งจะเกิดขึ้นอย่างรุนแรง จากนั้น แล้วจะค่อย ๆ ลดลงในที่สุด ดังนั้น ถ้าจะใช้การหยุดยั้งแล้วผู้ใช้จะต้องทนต่อสภาพการณ์ที่พฤติกรรมจะเลวร้ายลงให้ได้ โดยคงอยู่กับการให้หยุดยั้งนั้นจนกว่าพฤติกรรมนั้นจะลดลง จะย้อนกลับมาทำอย่างเดิมไม่ได้อีก จึงควรให้การหยุดยั้งคู่กับการเสริมแรงทางบวก เราควรจะให้การหยุดยั้งเมื่อ 1) เมื่อรู้ว่าตัวเสริมแรงต่อพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์คืออะไร และต้องสามารถควบคุมตัวเสริมแรงนั้นได้ทุกตัว จึงจะสามารถใช้วิธีการหยุดยั้งได้ และ 2) เมื่อรู้ว่าพฤติกรรมใดที่พึงประสงค์ที่ต้องการให้เด็กแสดงออก จะต้องใช้การหยุดยั้งควบคู่ไปกับการเสริมแรงทางบวก

ข้อควรพิจารณาในการใช้การหยุดยั้งให้ได้ผล

- พฤติกรรมใดที่ได้รับการเสริมแรงด้วยวิธีการเสริมแรงเป็นบางครั้ง ถ้าใช้วิธีหยุดยั้ง พฤติกรรมนั้นจะลดลงช้ามากต้องใช้เวลายาวนาน แต่พฤติกรรมที่ได้รับการเสริมแรงต่อเนื่อง ถ้าใช้การหยุดยั้ง พฤติกรรมนั้นจะลดลงทันที

- พฤติกรรมที่ได้รับการเสริมแรงมากเป็นระยะเวลายาวนานหรือได้รับการเสริมแรงด้วยตัวเสริมแรงเป็นจำนวนมาก ถ้าใช้วิธีการหยุดยั้ง พฤติกรรมจะลดลงช้ามาก หรืออาจจะไม่ลดลงเลยก็ได้ แต่ถ้าพฤติกรรมนั้นคงไว้ด้วยการเสริมแรงที่ไม่มากนักและช่วงเวลาสั้น การใช้การหยุดยั้งทำให้พฤติกรรมลดลงเร็วมาก

- ผู้ใช้ต้องรู้ว่า พฤติกรรมนั้นได้รับการเสริมแรงจากแหล่งใดบ้าง เพราะบางพฤติกรรมได้รับการเสริมแรงจากหลายแหล่ง การหยุดยั้งโดยได้รับการเสริมแรงเพียงครั้งเดียวไม่สามารถลดพฤติกรรมได้

- รู้แหล่งการเสริมแรงและสามารถควบคุมได้หรือไม่ ถ้าควบคุมไม่ได้การใช้วิธีการหยุดยั้งก็ไม่ได้ผล

(6.3.5) การควบคุมตนเองและการบังคับตนเอง การควบคุมตนเอง (Self Control) คือ การที่บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมหรือการกระทำของตนเองได้ โดยที่เขาสามารถเลือกพฤติกรรมเป้าหมาย และกระบวนการที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นด้วยตัวเขาเอง ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ตามที่เขาต้องการ เราเรียกว่าการควบคุมตนเอง และการที่บุคคลสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนให้เกิดขึ้น และเป็นไปตามที่ตนเองปรารถนาถูกต้องดีงาม เป็นที่ยอมรับของสังคม เรียกว่า การบังคับตนเอง (Self Regulation)

การควบคุมตนเองและการบังคับตนเองถือว่าเป็นเป้าหมายสำคัญของการปรับพฤติกรรม เพราะการปรับพฤติกรรมมุ่งหมายที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของบุคคลที่ไม่พึงประสงค์ ให้เกิดเป็นพฤติกรรม ที่พึงประสงค์ โดยเขาสามารถบังคับและควบคุมตัวเขาเองได้ให้ประพฤติปฏิบัติ หรือกระทำแต่ในสิ่งที่ถูกต้องดีงาม จึงถือว่าได้บรรลุเป้าหมายของการปรับพฤติกรรม

ในชีวิตประจำวัน คนเรามักจะปะทะสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมและปัญหาต่าง ๆ อยู่ตลอดเวลา โดยธรรมชาติคนเรามักจะเลือกแสดงออกเพื่อแก้ปัญหาหรือตอบสนองต่อสิ่งเร้าในทางที่ตัวเองจะรอดปลอดภัยและได้ประโยชน์สูงสุด ซึ่งบุคคลแต่ละคนจะเลือกและตัดสินใจแสดงออกต่างกันไปแล้วแต่ว่าบุคคลนั้นจะมองเห็นทางรอดปลอดภัยและประโยชน์อยู่ที่ใด บางคนอาจจะเผชิญปัญหาด้วยการสู้ด้วยความสุขุมรอบคอบนุ่มนวล บัวไม่ช้ำน้ำไม่ขุ่น บางคนอาจจะเผชิญด้วยความก้าวร้าว รุกราน ห้าม ฮึกเหิม แตกหัก ได้เสีย แต่บางคนอาจจะถอยหนีเอาตัวรอด รู้หลบเป็นปีก รู้หลีกเป็นหาง ปิดหู ปิดตา ปิดปาก ทำนองรับไม่รู้ ดูไม่เห็น ฟังไม่ได้ยิน นิ่งเงียบ ทำนองนิ่งเสียตาสีทอง หรือวิธีการอื่น ๆ มากมาย สิ่งเหล่านี้ขึ้นอยู่กับคุณสมบัติเฉพาะตัว ที่เรียกว่า การควบคุมตนเองและการบังคับตนเอง

การควบคุมตนเองและการบังคับตนเอง ถือว่าเป็นกระบวนการหนึ่งในการปรับพฤติกรรม ซึ่งจะต้องดำเนินการอย่างเป็นขั้นตอน ด้วยการให้การเรียนรู้และการฝึกฝน หรือการฝึกปฏิบัติ นั่นเองซึ่งแบ่งได้เป็น 3 ขั้นตอน คือ

ขั้นที่ 1 การใช้การเรียนรู้และประสบการณ์ การที่จะพัฒนาการควบคุมตนเองนั้นจะต้องอาศัยหลักของการเรียนรู้ นั่นคือการจัดประสบการณ์ตรงให้แก่เขา โดยให้เขามีประสบการณ์ การควบคุมตนเองจากการถูกควบคุมโดยผู้อื่น แล้วค่อย ๆ ถอนการควบคุมออกไปทีละน้อย ๆ เพื่อให้ผู้ที่ถูกควบคุมพฤติกรรมนั้นมีโอกาสที่จะควบคุมตัวเองมากขึ้น ๆ นั่นคือ การสร้างพฤติกรรมที่พึงประสงค์ให้เกิดขึ้นในตนเอง

ขั้นที่ 2 การฝึกควบคุมตนเอง ในขั้นนี้ผู้ฝึกควบคุมตนเอง จะได้ลงมือปฏิบัติควบคุมพฤติกรรมตนเองโดยตัวเขาเอง หลังจากที่ผู้ควบคุมการฝึกได้พิจารณาแล้วเห็นว่า ผู้ฝึกมีความสามารถพอที่จะควบคุมตนเองได้แล้ว และได้ถอนการควบคุมพฤติกรรมออกไปเกือบหมด โดยที่ผู้ควบคุมการฝึกคอยดูแลอยู่ห่าง ๆ คอยทำหน้าที่เป็นเพียงผู้ที่คอยให้คำปรึกษา ช่วยเหลือแนะนำเท่านั้น เมื่อเห็นว่าพลังจิตของ

การควบคุมตนเองของเขาลง ผู้ควบคุมการฝึกก็จะเข้าไปช่วยเหลือทันที เพื่อให้เขาเกิดความเข้มแข็งที่จะฝึกควบคุมตนเองต่อไป

ในขั้นการฝึกควบคุมตนเองนั้น การที่จะฝึกให้ผู้ที่ต้องการควบคุมพฤติกรรมตนเองสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้นั้น อาจทำได้โดยการใช้เขาได้สังเกตจากตัวแบบไปด้วย ซึ่งตัวแบบจะต้องแสดงถึงวิธีการกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย วิธีการต่าง ๆ ที่จะนำมาใช้การควบคุมตนเองได้อย่างเหมาะสมกับสภาพการณ์ยิ่งขึ้น

ขั้นที่ 3 ลงมือปฏิบัติควบคุมตนเอง ในขั้นนี้ผู้ที่ฝึกควบคุมพฤติกรรมตนเองได้ลงมือปฏิบัติด้วยตัวเอง โดยกำหนดพฤติกรรมเป้าหมาย ตลอดจนวิธีการเลือกตัวเสริมแรงและลงมือปฏิบัติตามโปรแกรมที่วางได้ด้วยตนเอง และคอยตรวจสอบประเมินผลการปฏิบัติเป็นระยะ นำไปปรับปรุงแก้ไขต่อไป

การปรับพฤติกรรม โดยการพัฒนาการควบคุมตนเองนั้นเราสามารถนำเอาเทคนิคต่าง ๆ มาใช้ได้หลายประการ ดังนี้

- การควบคุมสิ่งเร้า เราทราบว่า พฤติกรรมของมนุษย์เกิดจากความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองของอินทรีย์ หมายความว่า สิ่งเร้าเป็นสาเหตุให้เกิดพฤติกรรมหรือพฤติกรรมของมนุษย์ถูกควบคุมโดยสิ่งเร้านั้น ดังนั้น การปรับพฤติกรรมโดยการควบคุมตนเอง จึงต้องควบคุมสิ่งเร้านั้นเอง เช่น พฤติกรรมเรียนสายเป็นประจำ ในการควบคุมสิ่งเร้าก็ต้องรู้ว่า พฤติกรรมการมาเรียนสายเกิดจากสิ่งเร้าอะไรบ้าง สิ่งเร้าตัวใดที่ชัดเจนที่สุด และสิ่งเร้าใดเป็นสิ่งเร้าที่ไม่เหมาะสม เราจะได้ตัดเหตุแห่งการเกิดพฤติกรรมนั้นออกไปให้หมด

- การสังเกตตนเอง การสังเกตตนเองจะทำให้คนเราสามารถควบคุมตนเองได้ เนื่องจากคนเราจะมีเป้าหมายในการกระทำสิ่งต่าง ๆ และเมื่อพบว่าตัวเองไม่สามารถกระทำสิ่งต่าง ๆ ตามที่ตนเองคาดหวังไว้ ก็จะพยายามปรับตนเองเพื่อให้ไปสู่เป้าหมายนั้น ซึ่งการกระทำดังกล่าวเท่ากับว่าเราได้เกิดการควบคุมตนเองแล้ว เช่น เมื่อรู้ว่าตัวเองมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นมากผิดปกติ ก็จะต้องพยายามลดน้ำหนักตัวเองโดยการลดการรับประทานอาหารให้น้อยลง หรือ ออกกำลังกายให้มากขึ้น เป็นต้น

- การควบคุมการเสริมแรงและการลงโทษตนเอง การควบคุมตนเองโดยการเสริมแรงและการลงโทษนั้น มักจะกระทำในแง่ของการเสริมแรงเป็นหลัก เนื่องจากเป็นวิธีที่ทำได้ง่าย ไม่ก่อให้เกิดปัญหาทางอารมณ์ เช่น การเสริมแรงพฤติกรรมที่พึงประสงค์ด้วยคำพูดที่ไพเราะอ่อนหวาน และลงโทษตนเองด้วยการพูดจาหยาบคายกับตนเอง เป็นต้น

- การเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง การเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเองจะสามารถพัฒนาพฤติกรรมควบคุมตนเองได้ โดยครูควรสร้างบรรยากาศให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นเมื่ออยู่ห้องเรียนหรืออยู่ใกล้ครู ครูแสดงความเป็นมิตรกับเด็ก พูดคุยอย่างเป็นกันเอง อดทนฟังสิ่งที่เขาพูดอย่างตั้งใจ เปิดโอกาสให้เขาได้แสดงออกอย่างเต็มที่และยอมรับความสามารถที่เด็กมีอยู่ บรรยากาศเหล่านี้จะช่วยพัฒนาพฤติกรรมควบคุมตนเอง

- การพัฒนาความรับผิดชอบ ความรับผิดชอบเป็นคุณลักษณะที่ดีที่สุด มีความสำคัญในการควบคุมตนเอง เพราะความรับผิดชอบ หมายถึงความสามารถที่บุคคลพึงปฏิบัติภารกิจที่ตนพึงกระทำได้ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องคอยผู้อื่นมาคอยบอก คอยเตือน หรือคอยควบคุมและยอมรับผลการกระทำของ

ตนเองทั้งการรับผิดชอบและรับชอบ ทั้งต่อตนเองและสังคม ซึ่งการเสริมสร้างความรับผิดชอบกระทำได้ตั้งแต่ในครอบครัวและในโรงเรียน ในครอบครัว บิดา มารดา ต้องสม่ำเสมอในการปลูกฝังความรับผิดชอบ มอบหมายกิจกรรมทำตัวเป็นแบบอย่างที่ดี จะเสริมสร้างคุณลักษณะความรับผิดชอบให้เกิดขึ้นได้ในโรงเรียน ระเบียบแบบแผนของโรงเรียน และตัวครู ครูต้องมีความรับผิดชอบเข้าสอนตรงเวลา ให้งาน มอบหมายงาน การนัดหมาย ต้องสม่ำเสมอ ต้องทำตามข้อตกลง ตามกติกาตามสัญญาตามนัดหมาย และรักษาคำมั่นสัญญาที่ให้ไว้อย่างสม่ำเสมอ สิ่งเหล่านี้จะพัฒนาคุณลักษณะการรู้จักการควบคุมตนเองของบุคคลได้

2) แนวทางช่วยเหลือและพัฒนานักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

แนวทางในการช่วยเหลือและพัฒนานักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีดังนี้

- (1) การพัฒนาให้ความรู้เกี่ยวกับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา
- (2) สร้างเจตคติที่ดีต่อการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา
- (3) พัฒนาทักษะการให้การปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา
- (4) ให้ขวัญและกำลังใจ ชมเชย
- (5) แลกเปลี่ยนเรียนรู้และประสบการณ์กับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาคนอื่น
- (6) ได้รับการดูแล ชี้แนะ (Coach) จากครูแนะแนว ครูที่ปรึกษา
- (7) มีการบันทึกหลังการให้คำปรึกษา เพื่อเป็นการทบทวนการทำงานที่ทำให้การปรึกษาเพื่อน
- (8) มีการรายงานการทำงานที่การให้การปรึกษาของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา
- (9) มีการประชุมเพื่อรายงาน ปรับปรุง แก้ไข พัฒนาดตนเอง
- (10) ประสานงานครูแนะแนว ครูที่ปรึกษา และการสื่อสารเชิงบวก
- (11) มีส่วนร่วมในการทำงานกับระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษา
- (12) พัฒนาดตนเองให้เป็นแบบอย่างที่ดีแก่เพื่อน ๆ น้อง ๆ
- (13) รักและเห็นคุณค่าในตนเอง พัฒนาดตนเองในการวางแผนที่ดีในอนาคต
- (14) ฝึกฝนตนเองให้มีความสุขในการเป็นผู้มีจิตอาสาช่วยเหลือเพื่อน ๆ ด้วยความจริงใจ

3) หลัก 7 ประการของการสร้างวินัยเชิงบวก

การสร้างวินัยเชิงบวก นับเป็นสิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่ง ที่จะส่งผลให้การทำหน้าที่ของนักเรียนเพื่อน ที่ปรึกษา (YC) ได้เป็นอย่างดี สามารถช่วยการสื่อสารให้มีประสิทธิภาพ และส่งผลให้การดำรงชีวิตเป็นไปอย่างราบรื่น จึงจำเป็นที่ครูจะต้องฝึกและสร้างวินัยเชิงบวกในโรงเรียน ในที่นี้จึงขอเสนอหลัก 7 ประการของการสร้างวินัยเชิงบวก จากคู่มือครูการสร้างวินัยเชิงบวกในโรงเรียน ตามโครงการวิจัย “การศึกษาเพื่อพัฒนารูปแบบแนวทางการป้องกันความรุนแรงต่อเด็กแบบยั่งยืน” ซึ่งสมบัติ ตาปัญญา (2549) ได้เสนอหลัก 7 ประการของการสร้างวินัยเชิงบวก ไว้ดังนี้

- (1) เคารพศักดิ์ศรีของเด็ก
- (2) พยายามพัฒนาพฤติกรรมที่พึงประสงค์ การมีวินัยในตนเอง และบุคลิกลักษณะที่ดี
- (3) พยายามให้เด็กมีส่วนร่วมมากที่สุด
- (4) คำนึงถึงความต้องการทางพัฒนาการและคุณภาพชีวิตเด็ก
- (5) คำนึงถึงแรงจูงใจและโลกทัศน์ของเด็ก

(6) พยายามให้เกิดความยุติธรรม เท่าเทียมกัน และไม่เลือกปฏิบัติ

(7) เสริมสร้างความสามัคคีกลมเกลียวในกลุ่ม

4) ทักษะชีวิตสำหรับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

ทักษะชีวิตคือสิ่งที่ “ต้องฝึกฝน” ทักษะชีวิตเป็นเครื่องมือที่มีประสิทธิภาพสำหรับการเพิ่มขีดความสามารถของวัยรุ่น เพื่อให้วัยรุ่นรู้จักรับผิดชอบในหน้าที่ของตนเอง เป็นผู้ริเริ่มสร้างสรรค์ และรู้จักควบคุมพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม เป็นความสามารถในการปรับตัวและพฤติกรรมเชิงบวกที่ช่วยให้วัยรุ่นสามารถจัดการกับความต้องการและอุปสรรคที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ วัยรุ่นที่มีทักษะชีวิตต้องมีความยืดหยุ่นและสามารถปรับตัวในสถานการณ์ที่แตกต่างกันได้ มีความหวังและหาโอกาสในการแก้ปัญหาหรืออุปสรรคที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ที่ยากลำบาก สามารถคิดวิเคราะห์ สร้างสรรค์ และสามารถสื่อสารกับผู้อื่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ สร้างความสัมพันธ์ที่ดี รู้จักเอาใจใส่ผู้อื่น และสามารถจัดการกับชีวิตของตนเองได้เป็นอย่างดี องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้กำหนดทักษะชีวิตไว้ 10 ทักษะ ได้แก่

4.1) ทักษะการตัดสินใจ (Decision Making) เป็นความสามารถในการตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องราวต่าง ๆ ในชีวิตได้อย่างมีระบบ เช่น ถ้าบุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับการกระทำของตนเอง ที่เกี่ยวกับพฤติกรรมด้านสุขภาพหรือความปลอดภัยในชีวิต โดยประเมินทางเลือกและผลที่ได้จากการตัดสินใจเลือกได้อย่างถูกต้องเหมาะสม ก็จะมีผลต่อการมีสุขภาพที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ

4.2) ทักษะการแก้ปัญหา (Problem Solving) เป็นความสามารถในการจัดการกับปัญหาที่เกิดขึ้น ในชีวิตได้อย่างมีระบบ ไม่เกิดความเครียดทั้งทางร่างกายและจิตใจจนอาจลุกลามเป็นปัญหาใหญ่โตเกินแก้ไขได้

4.3) ทักษะการคิดสร้างสรรค์ (Creative Thinking) เป็นความสามารถในทางความคิด ซึ่งจะเป็นส่วนช่วยในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา โดยใช้วิธีการคิดแบบสร้างสรรค์เพื่อค้นหาทางเลือกต่าง ๆ รวมทั้งผลที่จะเกิดขึ้นในแต่ละทางเลือก และสามารถนำประสบการณ์มาปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

4.4) ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical Thinking) เป็นความสามารถในการคิดวิเคราะห์ข้อมูลต่าง ๆ และประเมินปัญหาหรือสถานการณ์ที่อยู่รอบตัวที่มีผลต่อการดำเนินชีวิต ทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณสามารถช่วยให้วัยรุ่นตระหนักและประเมินผลสิ่งที่จะมีผลกระทบต่อทัศนคติและพฤติกรรมของตนเอง เช่น การรู้จักคุณค่าในตนเอง การจัดการกับความกดดันจากเพื่อน ๆ หรือการรับข้อมูลจากสื่อต่าง ๆ

4.5) ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective Communication) เป็นความสามารถในการใช้คำพูดและท่าทางเพื่อแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับวัฒนธรรมและสถานการณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นการแสดงความคิดเห็น การแสดงความต้องการ การแสดงความชื่นชม การขอร้อง การเจรจาต่อรอง การดักเตือน การช่วยเหลือ การปฏิเสธ

4.6) ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal Relationship) เป็นความสามารถในการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกันและกัน สามารถรักษาสัมพันธภาพไว้ได้ยืนยาว

4.7) ทักษะการตระหนักรู้ในตน (Self-Awareness) เป็นความสามารถในการค้นหา รู้จักและเข้าใจตนเอง เช่น รู้ข้อดีข้อด้อยของตนเอง รู้ความต้องการและสิ่งที่ไม่ต้องการของตนเอง ซึ่งจะช่วยให้วัยรุ่น

เข้าใจตัวเองเวลาเผชิญกับความเครียดหรือสถานการณ์ต่าง ๆ และทักษะนี้ยังเป็นพื้นฐานของการพัฒนาทักษะอื่น ๆ เช่นการสื่อสาร การสร้างสัมพันธภาพ การตัดสินใจ ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น

4.8) ทักษะการเข้าใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความเหมือนหรือความแตกต่างระหว่างบุคคลในด้านความสามารถ เพศ วัย ระดับการศึกษา ศาสนา ความเชื่อ สีผิว อาชีพ ฯลฯ ซึ่งจะช่วยให้สามารถยอมรับบุคคลที่ต่างจากเรา เกิดการช่วยเหลือบุคคลที่ด้อยกว่า หรือได้รับความเดือดร้อน

4.9) ทักษะการจัดการกับอารมณ์ (Coping with Emotion) เป็นความสามารถในการรับรู้อารมณ์ของตนเองและผู้อื่น รู้ว่าอารมณ์มีผลต่อการแสดงพฤติกรรมอย่างไร รู้วิธีการจัดการกับอารมณ์โกรธและความโศกเศร้า ที่ส่งผลทางลบต่อร่างกายและจิตใจได้อย่างเหมาะสม

4.10) ทักษะการจัดการกับความเครียด (Coping with Stress) เป็นความสามารถในการรับรู้ถึงสาเหตุของความเครียด รู้วิธีผ่อนคลายความเครียด และแนวทางในการควบคุมระดับความเครียดเพื่อให้เกิดพฤติกรรมในทางที่ถูกต้องเหมาะสมและไม่เกิดปัญหาด้านสุขภาพ

จากที่กล่าวทั้งหมดสรุปได้ว่า การรู้จักและเข้าใจพัฒนาการของวัยรุ่น เป็นสิ่งสำคัญในการให้ความช่วยเหลือเมื่อวัยรุ่นเกิดปัญหา นอกจากนี้ การรู้จักและเข้าใจลักษณะปัญหาของวัยรุ่นที่เกิดขึ้นจะทำให้ทราบถึงแนวทางในการแก้ไขปัญหาและสามารถเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาได้อย่างหลากหลาย เหมาะสมกับช่วงวัยและลักษณะเฉพาะของแต่ละบุคคล ดังนั้น เมื่อผู้ที่เกี่ยวข้องในการดูแลนักเรียนหรือนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีความรู้ ความเข้าใจในเนื้อหาข้างต้นก็จะสามารถนำไปปรับใช้ในการให้การปรึกษาได้อย่างเหมาะสมต่อไป

หน่วยที่ 3

การให้การปรึกษา

การให้การปรึกษาเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้มีปัญหาหรือมีความทุกข์ ให้เข้าใจตนเอง และสิ่งแวดล้อม สามารถตัดสินใจในการหาทางออกและวางแผนแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง สามารถพัฒนาตนเอง และปรับตัวในการดำเนินชีวิตได้อย่างเหมาะสม แนวทางการแก้ปัญหาในแต่ละกรณีขึ้นอยู่กับ สถานการณ์ และสภาพปัญหา โดยผู้ขอรับการปรึกษาจะเป็นผู้วิเคราะห์ ทำความกระจ่างในปัญหาและตัดสินใจเลือก แนวทาง การแก้ปัญหาได้ด้วยตนเอง

3.1 ความหมายและความสำคัญของการให้การปรึกษา

3.1.1 ความหมายของการให้การปรึกษา

การให้การปรึกษาเป็นกระบวนการให้ความช่วยเหลือบุคคลด้วยการพูดคุยสนทนากัน อย่างมีเป้าหมาย โดยผู้ให้การปรึกษาจะเป็นผู้ช่วยสร้างบรรยากาศของสัมพันธภาพที่ดี ตลอดจนใช้ทักษะ ขั้นตอน และทฤษฎีของการให้การปรึกษา เพื่อให้ผู้มีปัญหาหรือผู้รับการปรึกษามีความรู้สึกอบอุ่นใจว่าได้รับการยอมรับและเกิดความรู้สึกไว้วางใจ พร้อมทั้งจะเปิดเผยความรู้สึกหรือปัญหาของตน เกิดการเรียนรู้สาเหตุของปัญหาที่กำลังเผชิญอยู่จนสามารถตัดสินใจและแก้ไขปัญหาในเรื่องต่าง ๆ ได้ด้วยตนเองอย่างเหมาะสม

3.1.2 ความสำคัญของการให้การปรึกษา

ในการดำเนินชีวิตของคนเรามักจะหลีกเลี่ยงการที่ต้องเผชิญกับความผิดหวัง ไม่ได้ดังใจ การสูญเสีย และความโศกเศร้ารวมทั้งการเผชิญหน้ากับทางเลือกที่ต้องตัดสินใจ ซึ่งส่งผลให้เกิดเป็นความคับข้องใจ ความกลัว ความกังวลสับสนไม่แน่ใจ ซึ่งบางครั้งไม่สามารถจัดการกับความรู้สึกเหล่านี้ได้ ทำให้ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตและความเป็นอยู่ การให้การปรึกษาเป็นแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้ผู้เผชิญกับปัญหาหรืออุปสรรคเกิดแรงจูงใจที่จะแสวงหาแนวทางแก้ไข จากการที่ได้พูดคุยกันจนทำให้เขาเข้าใจและเห็นปัญหาของตนเอง

3.2 เป้าหมายของการให้การปรึกษา

การให้การปรึกษามีเป้าหมายเพื่อช่วยให้ผู้ที่ประสบปัญหา

3.2.1 รู้สึกดีขึ้นหรืออย่างน้อยสบายใจขึ้นและรู้สึกว่าตนเองไม่โดดเดี่ยวยังมีผู้ที่ยินดีและเต็มใจให้ความช่วยเหลืออยู่

3.2.2 สำรวจตนเอง เข้าใจตนเอง เข้าใจปัญหาและสิ่งแวดล้อมได้อย่างถูกต้อง

3.2.3 รู้จักใช้ความคิดและสติปัญญาที่มีอยู่ทั้งหมดในการตัดสินใจ แก้ไขปัญหา ไม่ใช่อารมณ์ในการแก้ไขปัญหา

3.2.4 เกิดความกระจ่างขึ้นในใจ มองเห็นช่องทางในการแก้ไขปัญหาด้วยตนเอง

3.2.5 ลดระดับความเครียดและความไม่สบายใจที่เกิดจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม

3.2.6 สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้และดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข

3.2.7 สามารถปรับปรุงและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมตนเองไปในทิศทางที่พึงประสงค์ เช่น มีความรับผิดชอบมากขึ้น มีพฤติกรรมที่เหมาะสม สร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นได้ดี รู้จักอดทน เสียสละ ยอมรับความจริง และกล้าเผชิญกับความจริง ยอมรับต่อสภาวะการณ์ที่แท้จริง ยินดีเผชิญปัญหาที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ ไม่ตีโพยตีพาย หรือเกิดความท้อแท้ใจ

3.2.8 มีการพัฒนาและเจริญงอกงามไปถึงขีดสูงสุด

3.3 ประเภทของการให้การปรึกษา

การให้การปรึกษาสามารถแบ่งได้ 2 ประเภท (มัลลวีร์ อดุลวัฒน์ศิริ. 2552; สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2556) ดังนี้

3.3.1 การให้การปรึกษารายบุคคล คือ กระบวนการที่ช่วยให้มีการสำรวจและหาข้อสรุปเกี่ยวกับปัญหาส่วนตัวและความต้องการของแต่ละบุคคล โดยผู้ให้การปรึกษาทำหน้าที่เป็นผู้เอื้ออำนวยให้ผู้ที่มารับการปรึกษาเข้าใจตัวเองและสิ่งแวดล้อมอย่างถูกต้อง สำรวจความรู้สึกและพฤติกรรมของผู้รับการปรึกษา รวมทั้งการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น เพื่อหาทางเลือกในการแก้ไขปัญหาที่เหมาะสม

3.3.2 การให้การปรึกษากลุ่ม คือ กระบวนการให้ความช่วยเหลือแก่กลุ่มคนที่มีปัญหาคลายคลึงกัน ผู้ให้การปรึกษาต้องคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล นอกจากนี้สมาชิกในกลุ่มเองก็มีบทบาทในการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จำนวนสมาชิกในการให้การปรึกษากลุ่มที่จะทำให้สมาชิกมีโอกาสสร้างปฏิสัมพันธ์กันได้ทั่วถึง และมีส่วนร่วมในการรับและให้ความช่วยเหลือในกลุ่มได้อย่างเต็มที่ ควรอยู่ระหว่าง 5 ถึง 8 คน (Jacobs, Masson & Harvill. 1998)

การเลือกใช้การให้การปรึกษารายบุคคลหรือกลุ่ม ขึ้นอยู่กับลักษณะของผู้รับการปรึกษา สถานการณ์และปัญหา หากเป็นปัญหาส่วนตัวที่ลึกซึ้งและมีปัญหาอารมณ์ร่วมด้วย การให้การปรึกษารายบุคคลน่าจะเหมาะสมมากกว่า เนื่องจากมีเวลาสำรวจปัญหาและสาเหตุอย่างเต็มที่ ส่วนการให้การปรึกษากลุ่มนั้น เหมาะสำหรับปัญหาที่ไม่ซับซ้อนมากนักและปัญหามีความคล้ายคลึงกัน

3.4 ระยะเวลาที่ใช้ในการให้การปรึกษา

ระยะเวลาการให้การปรึกษามีความสำคัญต่อความสำเร็จของการให้การปรึกษาและการที่ผู้รับบริการรู้ว่าใช้เวลาเท่าใดในการปรึกษาจะทำให้ผู้รับบริการเห็นความสำคัญของการนำเสนอปัญหาในเวลาที่กำหนดไว้มากขึ้น และยังเป็นการช่วยให้การให้การปรึกษาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ

Petterson and Nisenholz (1995) ได้เสนอว่า เวลาที่ควรใช้ในการให้การปรึกษาแต่ละครั้งไว้ดังนี้

- 1) การให้การปรึกษารายบุคคล แก่ผู้ใหญ่ควรใช้เวลา 50 นาที ถึง 1 ชั่วโมง
- 2) การให้การปรึกษารายบุคคลแก่เด็กควรใช้เวลา 20-30 นาที
- 3) การให้การปรึกษาแบบกลุ่มและการให้การปรึกษาครอบครัว อยู่ระหว่าง 90 นาที ถึง 2 ชั่วโมง

3.5 หลักการของการให้การปรึกษา

การให้การปรึกษามีหลักการที่สำคัญ (กรมสุขภาพจิต. 2546) ดังนี้

3.5.1 เป็นการให้ความช่วยเหลือเกี่ยวกับปัญหาด้านจิตใจ อารมณ์ และสังคม อันประกอบด้วยความเชื่อ ค่านิยม และวัฒนธรรม ซึ่งเป็นปัจจัยที่มีผลกระทบต่อผู้รับการปรึกษา ดังนั้นการให้ความช่วยเหลือจะเน้นการแก้ไขปัญหาที่มีความสำคัญในเรื่องอารมณ์ ความรู้สึกที่จะเป็นตัวสืบค้นต่อไปถึงปัญหาพฤติกรรมที่เกิดขึ้นและส่งผลไปถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม

3.5.2 เน้นสัมพันธภาพที่ดีระหว่างผู้ให้และผู้รับการปรึกษาตลอดกระบวนการให้การปรึกษา เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความไว้วางใจ ผ่อนคลาย กล้าเปิดเผยตนเอง ยอมรับ ตลอดจนทำความเข้าใจและแก้ไขปัญหาของตนเองได้

3.5.3 เน้นการสื่อสารสองทาง ซึ่งเป็นการสร้างความเข้าใจให้ตรงกันระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา โดยผู้ให้การปรึกษาเปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษาได้แสดงออกและแยกแยะความรู้สึกที่อยู่ในความคิด และเรื่องราวที่เกี่ยวข้องโดยสื่อสารด้วยคำพูดและท่าทาง ซึ่งข้อมูลที่ได้จะต้องได้จากผู้รับการปรึกษาไม่ใช่ได้จากการคาดคะเนหรือคาดเดาเองของผู้ให้การปรึกษา ดังนั้นจะต้องมีการซักซ้อมทำความเข้าใจ ทำความเข้าใจ ให้ตรงกันเป็นระยะ ๆ ตลอดกระบวนการให้การปรึกษา

3.5.4 เป็นกระบวนการที่มีการพูดคุยกันอย่างมีเป้าหมาย มีขั้นตอนโดยการใช้ทักษะที่เหมาะสม ขึ้นอยู่กับโอกาสจังหวะ และสถานการณ์ที่ผู้ให้การปรึกษาจะเลือกใช้

3.5.5 ยึดผู้รับการปรึกษาเป็นศูนย์กลางคือ ให้ความสำคัญต่อความรู้สึกนึกคิด ปัญหา ความต้องการของผู้รับการปรึกษาในขณะนั้น นอกจากนี้ การรับรู้ปัญหา การตัดสินใจเลือก และการแก้ไขปัญหาจะต้องตั้งอยู่บนศักยภาพของผู้รับการปรึกษาเป็นสำคัญ

3.5.6 เน้นปัจจุบัน คือ เน้นปฏิกิริยาที่แสดงออก ความรู้สึกนึกคิด และความเชื่อที่มาจากกระทำที่และคำพูดของผู้รับการปรึกษาในขณะนั้น ในปัจจุบัน คือ ที่นี่ และเดี๋ยวนี้ ส่วนเรื่องราวที่เป็นอดีต เช่น ปัญหาที่เกิดจากการอบรมเลี้ยงดู ถือว่าเป็นสิ่งที่ผ่านพ้นไปแล้ว ส่วนเรื่องราวในอนาคตก็เป็นสิ่งที่ยังมาไม่ถึง ปัจจุบันเท่านั้นที่สำคัญ และเมื่อผู้รับการปรึกษาได้ตระหนักถึงสิ่งที่กำลังกระทำอยู่จริงในขณะนั้น ผู้รับการปรึกษาจะสามารถตัดสินใจที่จะกระทำสิ่งที่ตนเป็นประโยชน์แก่ตัวเขาได้ คือ สามารถแก้ไขหรือเลือกปฏิบัติได้เหมาะสมในปัจจุบัน

3.5.7 ไม่มีคำตอบสำเร็จรูปหรือตายตัว เนื่องจากการให้การปรึกษาเป็นเรื่องราวของการสื่อสารระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา ผลสิ้นสุดของการให้การปรึกษาอาจจบลงในขณะที่ได้ ขึ้นอยู่กับความต้องการ การตัดสินใจเลือก และศักยภาพ ตลอดจนแรงจูงใจของผู้รับการปรึกษาเป็นสำคัญ ซึ่งเป็นปัญหาเฉพาะบุคคล

3.5.8 การให้การปรึกษาไม่ใช่การอบรม การสั่งสอน หรือการตัดสินชี้ถูกหรือผิด แต่เป็นการช่วยให้ผู้รับการปรึกษามีแนวทางแก้ไขปัญหา สามารถพิจารณาทางเลือกได้มากขึ้น และตัดสินใจได้ง่ายขึ้น โดยผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้ที่พยายามดึงศักยภาพของผู้รับการปรึกษาที่มีอยู่มาใช้ประโยชน์ให้มากที่สุด

3.6 จรรยาบรรณของผู้ให้การปรึกษา

สมาคมแนะแนวแห่งสหรัฐอเมริกาได้กำหนดจรรยาบรรณของผู้ให้การปรึกษาไว้ดังนี้ (Ivery, 1980 อ้างถึงใน วัชร ทรัพย์มี, 2533)

3.6.1 ให้เกียรติและความเมตตาช่วยเหลือผู้ขอรับการปรึกษาอย่างเต็มความสามารถ

3.6.2 รักษาความลับของผู้รับการปรึกษา

3.6.3 ไม่ให้การปรึกษาซ้อนกับผู้ให้การปรึกษาอื่น

3.6.4 ไม่ระบุชื่อ รายละเอียดที่อาจทำให้ผู้รับการปรึกษาเสียหาย ในข้อเขียน บทความ หรือการสอน

3.6.5 ชี้แจงวัตถุประสงค์ กระบวนการ กลวิธี และข้อจำกัดของการให้การปรึกษาแก่ผู้รับการปรึกษานอกจากนี้สมาคมการให้การปรึกษาแห่งสหรัฐอเมริกา (The American Counseling Association: ACA) ได้กำหนดจรรยาบรรณสำหรับผู้ที่อยู่ในวิชาชีพการให้การปรึกษาได้ยึดถือปฏิบัติไว้ 2 ด้านใหญ่ ๆ คือ

1) มาตรฐานทางด้านจรรยาบรรณ (Ethical Standards)

2) มาตรฐานทางด้านการปฏิบัติ (Standard of Practice)

ซึ่งมีประเด็นสำคัญที่ผู้อยู่ในวิชาชีพการให้การปรึกษาในประเทศไทยควรใส่ใจเป็นพิเศษ ดังนี้

1) ต้องให้การปรึกษาที่อยู่ในขอบเขตความสามารถของตน บนพื้นฐานของการศึกษา การอบรม การฝึกปฏิบัติและประสบการณ์การให้การปรึกษา

2) พึงหลีกเลี่ยงการให้การปรึกษาเมื่อสภาวะของร่างกาย จิตใจและอารมณ์มีแนวโน้มที่จะเป็นอันตรายต่อผู้รับการปรึกษาและผู้อื่น

3) พึงหลีกเลี่ยงการเปิดเผยข้อมูลที่เป็นความลับของผู้ขอรับการปรึกษา การรักษาความลับของผู้ขอรับการปรึกษา สามารถยกเว้นได้เมื่อการเปิดเผยนั้นทำเพื่อป้องกันอันตรายที่มีความชัดเจนที่จะเกิดกับผู้รับการปรึกษาและผู้อื่น หรือเมื่อได้รับการร้องขออย่างถูกต้องตามกฎหมาย แต่การเปิดเผยข้อมูลนั้นต้องไม่เป็นอันตรายต่อผู้รับการปรึกษาและต่อสัมพันธภาพของการให้การปรึกษา

4) พึงหลีกเลี่ยงการมีความสัมพันธ์ทางเพศกับผู้รับการปรึกษาทุกรูปแบบ และหลีกเลี่ยงการให้การปรึกษาแก่ผู้ที่ยังมีความสัมพันธ์ทางเพศด้วย

5) ในกรณีที่ผู้ให้การปรึกษาไม่สามารถให้ความช่วยเหลือแก่ผู้รับการปรึกษาต่อได้ จะต้องมีการส่งต่อผู้รับการปรึกษาไปยังผู้เชี่ยวชาญอื่น

สำหรับประเทศไทยนั้น อนุโลมให้ใช้จรรยาบรรณนักแนะแนวของสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย ดังนี้

- 1) ต้องรักษาความลับและประโยชน์ของผู้รับการปรึกษา
 - 2) ต้องมีศรัทธาต่องานช่วยเหลือเพื่อนมนุษย์ รับผิดชอบหน้าที่อย่างเคร่งครัด และมีวิจารณ์อย่างที่ดี
 - 3) ต้องให้บริการในขอบเขตความสามารถของตน ไม่หลอกลวงผู้รับการปรึกษาเพื่อหาประโยชน์ส่วนตน
 - 4) ต้องประพฤติอยู่ในขอบข่ายศีลธรรมจรรยาอันดีงาม เป็นผู้ทรงคุณธรรม มีเมตตาการุณย์ต่อผู้รับการปรึกษา
 - 5) ต้องยึดมั่นในหลักวิชาชีพ เคารพสิทธิของผู้รับการปรึกษาและไม่อคติในการให้บริการ
- ดังนั้น ในการให้การปรึกษา ผู้ให้การปรึกษาจึงควรปฏิบัติตามจรรยาบรรณของผู้ให้การปรึกษาตามที่สมาคมแนะแนวแห่งสหรัฐอเมริกา สมาคมการให้การปรึกษาแห่งสหรัฐอเมริกาและสมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทยกำหนด

3.7 อุปสรรคในการให้การปรึกษา

การให้การปรึกษามีอุปสรรคที่สำคัญดังนี้

3.7.1 คนส่วนใหญ่เชื่อว่าการขอรับการปรึกษาเป็นเรื่องของคนอ่อนแอ ที่ไม่สามารถจัดการกับปัญหาได้ด้วยตัวเอง ต้องได้รับความช่วยเหลือจากผู้อื่น จึงพยายามหลีกเลี่ยงการเข้ารับการปรึกษา

3.7.2 ตัวผู้ขอรับการปรึกษาเองก็มักจะเกรงว่าคนอื่นจะมองว่าเขาเป็นคนที่ไม่มีความสามารถและขาดความรับผิดชอบที่ต้องขอรับความช่วยเหลือจากผู้ให้การปรึกษา

3.7.3 คนที่ประสบกับปัญหาและความยุ่งยากมักจะหลีกเลี่ยงการรับการศึกษา ยกเว้นว่าเขาจะมีปัญหาด้านอารมณ์ จนไม่สามารถปฏิบัติภารกิจประจำวันได้ บางรายรองเขาจะไม่สามารถซ่อนหรือทนต่อความทุกข์ทรมานหรือความเจ็บปวดได้อีกต่อไปทำให้ปัญหาลุกลามไปมาก ยากแก่การให้ความช่วยเหลือ

3.7.4 คนส่วนใหญ่มักเข้าใจว่าการให้การปรึกษาสามารถแก้ปัญหาได้ทุกชนิด

3.7.5 คนส่วนใหญ่กลัวการเปลี่ยนแปลง แม้ว่าจะได้แนวทางหรือวิธีการจัดการกับปัญหาจากการขอรับการปรึกษาแล้ว แต่ก็ยังคงปฏิบัติเช่นที่เคยปฏิบัติมา ทำให้การให้การปรึกษาไม่ได้ผลตามที่ต้องการ

3.7.6 คนส่วนใหญ่มีความสุขที่ได้พูดคุยเกี่ยวกับวิธีการที่เขาจะเปลี่ยนแปลงตัวเอง มากกว่าการลงมือทำตามวิธีการที่ตั้งใจไว้

3.7.7 ผู้รับการปรึกษามีความคาดหวังว่า ผู้ให้การปรึกษาจะให้คำแนะนำหรือบอกได้อย่างชัดเจนและทันทีเลยว่าปัญหาของเขาควรแก้ไขอย่างไรเมื่อจบการให้การปรึกษา ซึ่งในความเป็นจริงแล้วปัญหาแต่ละปัญหามีความแตกต่างและสลับซับซ้อนมาก ทั้งสาเหตุของปัญหา ผลกระทบและแนวทางแก้ไข ยิ่งไปกว่านั้น การตัดสินใจว่าจะแก้ไขปัญหาด้วยวิธีการใดก็เป็นหน้าที่และความรับผิดชอบของผู้รับการปรึกษาโดยตรงและการให้คำแนะนำ ก็ไม่เกิดประโยชน์ที่แท้จริง เพราะธรรมชาติของมนุษย์มักจะต่อต้านคำแนะนำ เนื่องจากคำแนะนำอาจทำให้บุคคลที่ได้รับคำแนะนำรู้สึกว่าตนเองไร้ความสามารถที่ไม่สามารถจัดการเรื่องราวของตัวเองได้ และหากคำแนะนำของผู้ให้การปรึกษาเป็นสิ่งที่ตนไม่ชอบก็อาจทำให้ผู้รับการปรึกษาหันมายึดติดหรือพึ่งพาผู้ให้การปรึกษา จนไม่สามารถพัฒนาตนเองได้ ในทำนองเดียวกันหากผู้รับการปรึกษาทำตามคำแนะนำแล้วเกิดข้อผิดพลาดขึ้นก็อาจโทษผู้ให้การปรึกษาได้

3.8 การพัฒนาตนสู่การเป็นผู้ให้การปรึกษา

การที่จะเป็นผู้ให้การปรึกษาควรมีการพัฒนาตนดังนี้

3.8.1 ผู้ให้การปรึกษาจะต้องรู้จักและเข้าใจบุคลิกลักษณะของตนเอง มีเจตคติที่ดีต่อการให้การปรึกษา มีพฤติกรรมแสดงออกทั้งภาษาถ้อยคำและภาษาท่าทาง ตลอดจนมีรูปแบบปฏิสัมพันธ์ ที่เอื้อต่อการให้การปรึกษา

3.8.2 ผู้ให้การปรึกษาจะต้องพัฒนาตนเองด้านความรู้เกี่ยวกับทฤษฎีต่าง ๆ ของการให้การปรึกษา ทั้งแนวคิด ทฤษฎีเกี่ยวกับธรรมชาติ เป้าหมาย ขั้นตอนและเทคนิคในการให้การปรึกษา ตลอดจนบทบาทของผู้ให้การปรึกษา และความก้าวหน้าในการบูรณาการทฤษฎีต่าง ๆ ในการให้การปรึกษาให้สอดคล้องกับลักษณะผู้รับบริการ ลักษณะปัญหาและบริบทที่แวดล้อม รวมทั้งความก้าวหน้าทางวิชาการที่เกี่ยวข้องกับการประยุกต์และการวิจัยเกี่ยวกับการให้การปรึกษา

3.8.3 ผู้ให้การปรึกษาต้องพัฒนาตนเองในการประยุกต์ทฤษฎีและเทคนิคต่าง ๆ ในการให้การปรึกษา พร้อมทั้งพัฒนาทักษะในการให้การปรึกษาเป็นรายบุคคลและกลุ่ม เช่น ต้องฝึกฝนการใช้ทักษะพื้นฐานต่าง ๆ ในการให้การปรึกษาอย่างสม่ำเสมอ เพื่อให้เกิดความคล่องและชำนาญ

3.8.4 ผู้ให้การปรึกษาต้องพัฒนาตนเองโดยการเข้ารับการอบรมการเรียนรู้และฝึกปฏิบัติการให้การปรึกษา ทั้งในและต่างประเทศ อีกทั้งพยายามศึกษาเรียนรู้จากแหล่งข้อมูลต่าง ๆ และฝึกฝนการให้การปรึกษาให้มีความชำนาญยิ่งขึ้น

3.8.5 ผู้ให้การปรึกษาต้องพัฒนาตนเองโดยการศึกษาและวิจัยประเด็นปัญหาในการให้การปรึกษา ทำการวิจัยเกี่ยวกับการใช้ทฤษฎีการให้การปรึกษาแบบต่าง ๆ ในการแก้ปัญหา หรือพัฒนาความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ เพื่อนำผลการวิจัยที่ค้นพบมาเป็นแนวทางในการให้การปรึกษาแก่ผู้รับบริการปรึกษา ที่ต้องการแก้ไขปัญหาหรือต้องการที่จะพัฒนาตนเอง

3.9 ทักษะการให้การปรึกษา

ทักษะการให้การปรึกษาคือ ความสามารถหรือความชำนาญในการสื่อสารทั้งการใช้ภาษาท่าทางและภาษาพูด ซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญของผู้ให้การปรึกษาในการช่วยเหลือบุคคลที่มีความทุกข์หรือผู้รับบริการปรึกษา โดยมีหลักคิดเบื้องต้น ดังนี้

3.9.1 มีความไว้วางใจและมีทัศนคติที่ดีต่อผู้ให้การปรึกษา

3.9.2 เข้าใจปัญหาสาเหตุของปัญหาและความต้องการของตัวเอง

3.9.3 แสวงหาและแนวทางการปรับเปลี่ยนการคิด ความรู้สึกและการปฏิบัติตนเพื่อให้มีชีวิตที่ดีขึ้น

การให้การปรึกษาที่เป็นทักษะพื้นฐานเบื้องต้นในการสื่อสาร ประกอบด้วยทักษะต่อไปนี้ (มัลลิวีร์ อดุลวัฒนศิริ. 2552)



ภาพที่ 1 ทักษะการให้การปรึกษา

1) ทักษะการใส่ใจ (Attending Skill)

การใส่ใจเป็นพฤติกรรมของผู้ให้การปรึกษาที่แสดงออกด้วยภาษาพูดหรือภาษาท่าทางที่ บ่งบอกถึงความกระตือรือร้นที่จะช่วยเหลือผู้รับการปรึกษาโดยการแสดงความสนใจ การเห็นความสำคัญและการให้เกียรติ เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความอบอุ่นใจและไม่รู้สึกท้อแท้โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) แสดงความสนใจเห็นความสำคัญและให้เกียรติผู้รับการปรึกษา
- (2) เป็นการแสดงความกระตือรือร้นที่จะให้ความช่วยเหลือ
- (3) ช่วยเพิ่มความอบอุ่นใจให้ผู้รับการปรึกษา

การใส่ใจ สามารถแสดงออกด้วยภาษาพูดและภาษาท่าทาง ซึ่งภาษาท่าทาง ประกอบด้วย การประสานสายตาและการแสดงออก

(1) ประสานสายตากับผู้รับการปรึกษา แต่ไม่ควรจ้องมองมากเกินไป เพราะจะทำให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกอึดอัดได้

(2) การแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง การเคลื่อนไหวและระยะห่าง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

- (2.1) การแสดงออกทางสีหน้าที่อบอุ่นเป็นมิตรและสอดคล้องกับเรื่องราวของผู้รับการปรึกษา
- (2.2) การโน้มตัวเข้าหาผู้รับการปรึกษาเล็กน้อย เป็นการแสดงความตั้งใจและใส่ใจ
- (2.3) การแสดงออกทางสีหน้าและท่าทางที่มีความสอดคล้องกับเรื่องราวของผู้รับการปรึกษา
- (2.4) การนั่งหรือยืนให้มีระยะห่างระหว่างผู้ให้และผู้รับการปรึกษาที่เหมาะสม

แนวทางปฏิบัติ

- ขณะฟังควรประสานสายตากับผู้รับการปรึกษาและอาจผกผันศีรษะรับคำตามความเหมาะสม
- ตอบรับสั้นๆ หลังจากผู้รับการปรึกษาพูดจบเช่น “ครับ ค่ะ อืม” หรือพูดซ้ำประโยคที่ ผู้รับการปรึกษากล่าวไว้
- ใช้คำพูดที่สัมพันธ์กับคำพูดของผู้รับการปรึกษาโดยไม่ขัดจังหวะ
- นั่งโน้มตัวไปข้างหน้าพอสมควรและมีท่าที่ผ่อนคลาย

2) ทักษะการฟัง (Listening Skill)

การฟังคือการนำสิ่งที่ได้ยินมาคิดในการให้บริการให้การปรึกษาจะใช้ทักษะการฟังมาก เพื่อจะได้เข้าใจเนื้อเรื่อง ความรู้สึก ทศนคติ ค่านิยมของผู้รับการปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อ

- (1) เป็นการช่วยให้ผู้ให้การปรึกษาเข้าใจเนื้อหาและความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา
- (2) เป็นการแสดงความสนใจต่อผู้รับการปรึกษาให้ปรากฏว่า “ผมกำลังตั้งใจฟังคุณพูดอยู่” ซึ่งจะเป็นการกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาพูดต่อไป
- (3) เป็นการแสดงว่าผู้ให้การปรึกษาเห็นความสำคัญและให้เกียรติผู้รับการปรึกษาว่า “สิ่งที่คุณพูดเป็นเรื่องสำคัญมาก ผมกำลังตั้งใจฟังคุณอยู่”
- (4) เป็นการแสดงตัวอย่างรูปแบบของพฤติกรรมที่พึงปรารถนาให้แก่ผู้รับการปรึกษา เป็นการแสดงให้เห็นทักษะการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่นด้วยการฟัง

แนวทางปฏิบัติ

- ผู้ให้การปรึกษาต้องฟังความสนใจในสิ่งที่ผู้รับการปรึกษาพูด ไม่ใช่สิ่งที่ผู้ให้การปรึกษาคิดจะพูด ผู้ให้การปรึกษาต้องฟังความสนใจที่ผู้รับการปรึกษาเท่านั้น ซึ่งไม่ใช่เรื่องง่ายเพราะโดยธรรมชาติมนุษย์มักคิดว่าตนเองเป็นบุคคลสำคัญกว่าผู้อื่น และผู้พูดมักไม่ได้พูดตรงไปตรงมาอาจมีการบิดเบือน หรือมีปัญหาทางอารมณ์เข้ามาเกี่ยวพัน ทำให้ผู้ฟังอาจจับใจความสำคัญและความรู้สึกของผู้พูดไม่ได้ครบถ้วนทุกประการ ถ้าไม่สนใจฟังอย่างแท้จริง

- คำพูดและสีหน้าท่าทาง ตลอดจนการกระทำของผู้ให้การปรึกษาเป็นเครื่องสื่อความหมายว่า ผู้ให้การปรึกษาเป็นเครื่องสื่อความหมายว่า ผู้ให้การปรึกษาสนใจฟังผู้รับการปรึกษา โดยกระทำดังต่อไปนี้คือ

- การประสานสายตากับผู้รับการปรึกษา โดยไม่จ้องมากเกินไปจนผู้รับการปรึกษาเกิดความเคอะเขินหรือมองอย่างไม่ไว้วางใจ
- การพยักหน้า การยิ้มรับ
- การโน้มตัวมายังผู้รับการปรึกษาในระยะพอสมควร เป็นเครื่องแสดงว่า “ผมพร้อมที่จะฟังคุณพูด”

- การมาพบผู้รับการปรึกษาตรงเวลานัดหมาย แสดงว่าผู้ให้การปรึกษาสนใจผู้รับการปรึกษา
- คำพูดของผู้ให้การปรึกษา เช่น “ผมเข้าใจว่าคุณหมายความว่าอย่างไร” “พูดต่อไปสิครับ” “แล้วยังไงอีกครับ” แสดงว่าผู้ให้การปรึกษากำลังตั้งใจฟังโดยไม่สอดแทรกการตั้งคำถามหรือเปลี่ยนประเด็น
- การฟังอย่างเข้าใจทั้งเนื้อหาและความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา ซึ่งผู้ให้การปรึกษาต้องตั้งใจฟัง เพราะผู้รับการปรึกษากำลังวุ่นวายใจ เนื่องจากมีปัญหาหรือมีเรื่องต้องตัดสินใจ กับทั้งผู้รับการปรึกษาบางคนมีทักษะการพูดไม่ดี ถ้าไม่ตั้งใจฟังจะสับสน

ตัวอย่าง

ผู้รับการปรึกษา : พ่อกับแม่เอาแต่สั่งๆ ให้ทำอย่างนั้นอย่างนี้ ไม่ทำก็บ่นๆ

ผู้ให้การปรึกษา : ดริมหากำลังรู้สึกว่พ่อกับแม่บังคับดริม

ผู้รับการปรึกษา : ใช่ ๆ เป็นแบบนี้มาตลอด

ผู้ให้การปรึกษา : ดูเหมือนว่าดริมต้องการจะบอกว่าดริมสามารถทำอะไรได้ด้วยตนเอง

3) ทักษะการถาม (Question Skill)

การถามเป็นการให้ผู้รับการปรึกษาได้เล่าเรื่องราวที่ต้องการปรึกษา รวมทั้งความรู้สึกนึกคิด ตลอดจนความเชื่อของผู้รับการปรึกษา การถามแบ่งเป็น การถามเปิดและถามปิด โดยถามเปิดใช้เมื่อต้องการให้ผู้รับการปรึกษาได้พูด เล่าความรู้สึกหรือเรื่องราวของเขาอย่างอิสระ มักจะลงท้ายประโยคด้วย “อะไรอย่างไร” และการถามปิดใช้เมื่อต้องการคำตอบสั้นและเฉพาะเจาะจง มักจะลงท้ายประโยคด้วย “ไหม” “หรือ” “หรือไม่” “หรือยัง” “รีเปล่า” การถามมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) ให้โอกาสผู้รับการปรึกษาได้บอกถึงความรู้สึกและเรื่องราวต่าง ๆ ที่ต้องการจะปรึกษา
- (2) ให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจและคิดถึงเรื่องราวของตัวเองเพื่อเข้าใจตัวเองมากขึ้น
- (3) ให้ได้ข้อมูล แนวทางแก้ไขปัญหา และแผนการแก้ไขปัญหา

แนวทางปฏิบัติ

- กำหนดวัตถุประสงค์ของการถามว่าต้องการข้อมูลแบบใดจากผู้รับการปรึกษา โดยทั่วไปแล้วผู้ให้การปรึกษาควรใช้คำถามแบบเปิดเพื่อให้ผู้รับการปรึกษาได้ตอบตามที่ต้องการอย่างเต็มที่ และไม่รู้สึกรว่ถูกซักถามมากเกินไปจากการถามคำถามแบบปิด

- สังเกตและฟังอย่างตั้งใจ หลังจากนั้นสรุป/ทวนซ้ำประเด็นที่ต้องการข้อมูลและรายละเอียดก่อนแล้วจึงตั้งคำถาม

- เมื่อถามแล้วให้ฟังคำตอบของผู้รับการปรึกษาอย่างใส่ใจ เพื่อรวบรวมข้อมูลของผู้รับการปรึกษาไว้
- ไม่ควรถามบ่อยเกินไปเพราะอาจทำให้ผู้รับการปรึกษารำคาญ และต่อต้านการให้การปรึกษาได้
- หลีกเลี่ยงการถามด้วยคำถาม “ทำไม” เพราะมักจะทำให้ผู้รับการปรึกษาารู้สึกว่าตนเองผิดและคิดหาคำตอบที่เหมือนเป็นการแก้ตัว

ตัวอย่าง

การถามปิด	การถามเปิด
“วันนี้เรากำลังเรียนเรื่องเรียนของหนูก่อนดีไหม” “หลังจากคุยกันครั้งก่อนหนูได้ทำ...แล้วหรือยัง” “เธอไม่ชอบเขาเหรอ” “เธอไม่ต้องการให้เขาทำแบบนั้นใช่ไหม”	“วันนี้หนูอยากคุยเรื่องอะไร” “หลังจากคุยกันวันก่อนหนูทำอะไรไปบ้างแล้ว” “เธอรู้สึกอย่างไรกับเขา” “เธอต้องการให้เขาทำอย่างไร”

4) ทักษะการเงียบ (Silence Skill)

การเงียบเป็นช่วงระยะเวลาระหว่างการปรึกษาที่ไม่มีการสื่อสารด้วยวาจาระหว่างผู้ให้การศึกษากับผู้รับการปรึกษา แต่ยังคงมีการสื่อสารทางอารมณ์และความรู้สึกอยู่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) ให้ผู้รับการปรึกษาได้คิดทบทวนเรื่องราวของตนเองและทำความเข้าใจในสิ่งที่เขาพูดหรือรู้สึก
- (2) ให้ผู้รับการปรึกษาได้หยุดพักหลังจากแสดงอารมณ์โกรธเสียใจเช่นร้องไห้ ฯลฯ
- (3) แสดงความใส่ใจและร่วมรับรู้และเข้าใจในอารมณ์และความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาที่เกิดขึ้น ในขณะนั้น

แนวทางปฏิบัติ

- เมื่อผู้รับการปรึกษานิ่งเงียบ ผู้ให้การศึกษาควรประเมินว่าเงียบ เพราะสาเหตุใด เช่น
- เศร้าสะเทือนใจจนพูดต่อไปไม่ได้
- เหนื่อยจากการร้องไห้ หรือระบายความรู้สึกที่รุนแรง
- คิดทบทวนเรื่องราวของตนเอง
- จบประเด็นหรือเรื่องราวนั้น ๆ แล้ว หรือกำลังคิดถึงเรื่องที่จะพูดต่อไป

ซึ่งเหตุผลดังกล่าวเป็นการเงียบที่จะเป็นประโยชน์ต่อการให้การศึกษา ดังนั้นผู้ให้การศึกษา ไม่ควร ครอบงำความเงียบนั้น ควรรอจนกระทั่งผู้รับการปรึกษาพร้อมที่จะพูดต่อไป ซึ่งอาจใช้เวลาในการรอคอย 5-10 วินาที หากผู้รับการปรึกษาเงียบนานพอสมควรแล้วและไม่พูดต่อ ผู้ให้การศึกษาอาจจะ

- พูดให้กำลังใจหรือแสดงความเข้าใจ เห็นใจ เช่น “ครูคิดว่าครูเข้าใจความรู้สึกของหนู”
- สะท้อนเนื้อหาและความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาเกี่ยวกับสิ่งที่กำลังพูดถึง ก่อนที่จะมีการเงียบเกิดขึ้นเช่น “เธอน้อยใจและก็ผิดหวังที่พ่อทำอย่างนั้น”
- ถามถึงความหมายของการเงียบโดยสรุปเนื้อหาที่พูดถึงก่อนที่ผู้รับคำปรึกษาจะเงียบไป เช่น “พอเราคุยกันถึงเรื่อง.....เธอก็เงียบไปฉันไม่แน่ใจว่าที่เธอเงียบไปนี้มันหมายถึงอะไร”
- ถามถึงความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาในขณะที่เงียบ โดยสรุปเนื้อหาที่พูดถึง ก่อนที่ผู้รับการปรึกษาจะเงียบไป เช่น “เมื่อที่เราพูดถึงเรื่อง แล้วหนูก็เงียบไป... ตอนนี้หนูกำลังรู้สึกอย่างไรอยู่หรือ”
- หากผู้ให้การศึกษาพิจารณาแล้วเห็นว่า การที่ผู้รับการปรึกษาเงียบไปนานนั้นอาจมีสาเหตุมาจากต่อต้านการมาพบผู้ให้การศึกษาเพราะถูกบังคับให้มา ผู้ให้การศึกษาควรแสดงความเข้าใจเห็นใจและพูดถึงความตั้งใจ ความใส่ใจและเต็มใจที่จะช่วยเหลือผู้รับการปรึกษา รวมทั้งหลักการวิธีการและประโยชน์ของการให้การศึกษา เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดทัศนคติที่ดีต่อการถูกเชิญพบและประโยชน์ที่เขาจะได้รับจากการรับการศึกษา เช่น “ผมคิดว่าผมเข้าใจความรู้สึกของคุณ ที่อยู่ ๆ ผมก็ขอให้คุณมาพบ..ทั้งนี้เพราะว่าผมได้รับทราบเกี่ยวกับ.....(เรื่องราวของผู้รับการปรึกษา).....ผมเป็นห่วงและคิดว่าถ้าได้คุยกันแล้ว เราอาจจะช่วยกันหาแนวทางที่จัดการกับ.....(ปัญหาของผู้รับการปรึกษา)ได้ จึงได้ขอให้คุณมาพบ”

- ประหม่าหรือหวาดกลัวต่อการถูกเรียกพบ ผู้ให้การปรึกษาควรชวนพูดคุยเรื่องทั่วไปและแสดงท่าทางที่อบอุ่นเป็นมิตร เพื่อสร้างความเป็นกันเองให้ผู้รับการปรึกษารู้สึกผ่อนคลาย เช่น “นั่งก่อนซิ กินข้าวแล้วหรือยัง (กรณีที่นั่งดบตอนพักเที่ยง)” “วันนี้ เดินทางมาอย่างไรคะ รถติดมากไหมคะ”

- ไม่ควรพูดเพื่อลดความรู้สึกอึดอัดของผู้ให้การปรึกษาที่ทนให้มีการเจ็บเกิดขึ้นในระหว่างการสนทนาไม่ได้ ให้อดทนต่อความเจ็บและใช้การเจ็บให้เป็นประโยชน์ในการให้การปรึกษาเพราะการฟังผู้รับการปรึกษาอย่างสงบหรือนั่งอยู่กับเขาเงียบ ๆ เมื่อผู้รับการปรึกษามีสภาพอารมณ์ที่รุนแรง เช่น โกรธมาก เสียใจมาก ร้องไห้ เป็นการเปิดโอกาสให้เขาได้แสดงอารมณ์อย่างเต็มที่ โดยไม่มีการรบกวนและยังเป็นการแสดงว่าผู้ให้การปรึกษาเข้าใจความรู้สึกของเขา จะเป็นผลดีกับการให้การปรึกษามากกว่าการป้อนโยนหรือซักถามความรู้สึกในขณะนั้น

ตัวอย่าง

ผู้รับการปรึกษา : ผมไม่แน่ใจว่าผมจะมีโอกาสตอบแทนบุญคุณของแม่ไหม...เพราะ....

ผู้ให้การปรึกษา : (เงียบ).....

ผู้รับการปรึกษา : ...หมอบอกว่า...แม่...แม่...อาจจะ...(น้ำตาไหล)

ผู้ให้การปรึกษา : (เงียบ).....(ส่งกระดาษซับน้ำตาให้)....

ผู้รับการปรึกษา : แม่..แม่อาจจะ...อยู่กับพวกเรา...ได้ไม่นาน...(ร้องไห้)

ผู้ให้การปรึกษา : (เงียบ).....ผมรับรู้และเข้าใจความรู้สึกของคุณ.....คุณสามารถอยู่กับ

ความรู้สึกนี้ได้นะ...แต่ขอให้อธิบายไว้เสมอว่าผมจะอยู่ข้าง ๆ คุณ

5) ทักษะการทวนซ้ำ (Paraphrasing Skill)

การทวนซ้ำเป็นการที่ผู้ให้การปรึกษาพูดซ้ำในสิ่งที่ผู้รับการปรึกษากล่าวอีกครั้งหนึ่ง โดยคงสาระสำคัญของเนื้อหาหรือความรู้สึกไว้ตามเดิม และใช้คำพูดน้อยลง แต่ไม่ใช้การทวนซ้ำตลอดเวลา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) แสดงถึงความใส่ใจ ความเข้าใจผู้รับการปรึกษา
- (2) ให้ผู้รับการปรึกษาเปิดเผยตัวเองมากขึ้น
- (3) ย้ำให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจในสิ่งที่ตัวเองพูดได้ชัดเจนยิ่งขึ้น จากการฟังสิ่งที่ตัวเองพูดอีกครั้ง
- (4) ตรวจสอบความเข้าใจตรงกันของผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา ในสิ่งที่ผู้รับการปรึกษากำลังพูดถึง

แนวทางปฏิบัติ

- ทวนซ้ำคำพูดทั้งหมดของผู้รับการปรึกษา โดยเปลี่ยนเฉพาะสรรพนาม
- ทวนซ้ำเฉพาะประเด็นสำคัญ
- ไม่ควรทวนซ้ำบ่อย ๆ และไม่เพิ่มเติมความคิดเห็นของผู้ให้การปรึกษาลงไป
- สังเกตการตอบสนองของผู้รับการปรึกษา ถ้าทวนซ้ำได้ถูกต้องผู้รับการปรึกษาจะพยักหน้าตอบรับและพูดหรือขยายความต่อ แต่ถ้าไม่มีปฏิกิริยาตอบสนองจากผู้รับการปรึกษา ควรใช้ทักษะการถามเปิดต่อ เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ต้องการ

ตัวอย่าง

ผู้รับการปรึกษา: ผมไม่รู้ว่าจะจัดการกับชีวิตของผมต่อไปอย่างไรดี บางครั้งอยากจะออกไปหางานทำให้ได้ประสบการณ์ก่อน ขณะเดียวกันก็คิดว่า...น่าจะเรียนให้จบ ๆ ไป แต่..ก็ไม่แน่ใจว่าจะเรียนจบไหม

กรณีที่ 1 ทวนซ้ำทั้งหมดเปลี่ยนเฉพาะสรรพนาม

ผู้ให้การปรึกษา : เธอไม่รู้ว่าจะตัดสินใจอย่างไรดี ระหว่างออกไปหางานเพื่อหาประสบการณ์ กับเรียนต่อจนจบ แต่ก็ยังไม่แน่ใจว่าจะเรียนจบไหม

กรณีที่ 2 ทวนซ้ำโดยสรุปแต่คงสาระสำคัญไว้

ผู้ให้การปรึกษา : เธอตัดสินใจไม่ได้ว่า ทางเลือก 2 ทางนั้นทางไหนเหมาะกับตัวเธอ

6) ทักษะการให้กำลังใจ (Encouragement Skill)

การให้กำลังใจเป็นการแสดงความสนใจ เข้าใจในสิ่งที่ผู้รับการปรึกษาพูดและสนับสนุนให้เขาพูดต่อไป โดยใช้คำพูดหรือท่าทาง มีวัตถุประสงค์เพื่อ

(1) กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษากระตือรือร้นและมั่นใจในตนเอง รวมทั้งตระหนักถึงความสามารถและเห็นคุณค่าในตัวเอง

(2) กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษามีความกล้าที่จะคิดและทำในสิ่งที่ไม่เคยคิดหรือทำมาก่อน

แนวทางปฏิบัติ

เมื่อผู้รับการปรึกษาเสนอความคิดหรือแนวทางแก้ไขปัญหาที่ถูกต้องเหมาะสม หรือผู้รับการปรึกษามีความพร้อมที่จะปรับปรุงพัฒนาตนเองแต่ยังลังเลใจ ผู้ให้การปรึกษาก็อาจใช้การให้กำลังใจ โดยใช้แนวทางต่อไปนี้

- มองหน้าสบตายิ้ม ผงกศีรษะตอบรับสั้น
- ทวนซ้ำคำสำคัญ ๆ ที่ผู้รับการปรึกษาพูดถึง รวมทั้งยิ้ม มองหน้าสบตาผู้รับการปรึกษา
- ใช้คำพูดกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความมั่นใจ มีความหวังและกำลังใจที่จะคิดหรือทำในสิ่งที่ถูกต้องเหมาะสมและเป็นจริงได้

- ไม่ควรสร้างความหวังและการลอบใจที่ไม่อาจเป็นจริงได้

ตัวอย่าง

“น้อยคนนักจะคิดได้อย่างเธอ ครูเชื่อว่าเธอจะสามารถจัดการกับเรื่องยุ่ง ๆ นี้ได้อย่างแน่นอน”

“ทำต่อไปเถอะ แม้ผลจะออกมาไม่ได้อย่างที่หวังทั้งหมด แต่ทุกอย่างก็คลี่คลายไปมากแล้ว”

7) ทักษะการสรุปความ (Summarizing Skill)

การสรุปความเป็นการรวบรวมใจความสำคัญทั้งหมดของความคิด อารมณ์ ความรู้สึกของผู้รับการปรึกษาที่เกิดขึ้นในระหว่างให้การปรึกษา จบหรือเริ่มการให้การปรึกษาแต่ละครั้ง โดยใช้คำพูดสั้น ๆ ให้ได้ใจความสำคัญทั้งหมด มีวัตถุประสงค์ เพื่อ

- (1) ย้ำประเด็นสำคัญให้มีความชัดเจนในกรณีที่มีการพูดคุยกกันหลายประเด็น
- (2) ให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจเรื่องราวและความรู้สึกของตัวเอง
- (3) การให้การปรึกษาแต่ละครั้งควรจะมีต่อเนื่องกัน
- (4) ช่วยให้ผู้รับการปรึกษาและผู้ให้การปรึกษาเข้าใจเรื่องราวที่กำลังสนทนาได้อย่างถูกต้องตรงกัน และได้ใจความที่ชัดเจน

แนวทางปฏิบัติ

- ผู้รับการปรึกษาพูดถึงประเด็นปัญหาต่าง ๆ หลายประเด็น ผู้ให้การปรึกษาอาจสรุปแต่ละประเด็น ก่อนที่ผู้รับการปรึกษาจะเริ่มประเด็นต่อไป

- ขอให้ผู้รับการปรึกษาเป็นผู้สรุป โดยมีผู้ให้การปรึกษาช่วยเสริมในส่วนสำคัญที่ผู้รับการปรึกษาไม่ได้กล่าวถึง หรือขาดหายไป

- สรุปก่อนจบและเริ่มการให้การปรึกษาในแต่ละครั้ง ในกรณีที่มีการปรึกษาหลายครั้ง

- สรุปครั้งสุดท้ายก่อนยุติการให้การปรึกษา

ตัวอย่างที่ 1 ผู้ให้การปรึกษาสรุป

ผู้ให้การปรึกษา : จากที่เราคุยกันมา หนูกังวลเรื่อง.....เพราะ..... และเหนื่อยยาก (ต้องการ) ให้.....เรากำลังช่วยกันคิดวิธีการ เพื่อให้เป็นไปอย่างที่คุณต้องการ เพิ่งจะคิดได้วิธีเดียวเองคือ..... แต่เวลาที่เราจะพูดคุยกกันหมดแล้ววันนี้คุณจะให้หนูมาพบคุณอีกในวัน.....เวลา.....เพื่อเราจะได้มาช่วยกันคิดหาวิธีการอื่น ๆ ต่อไป

ตัวอย่างที่ 2 ผู้ให้การปรึกษาขอให้ผู้รับการปรึกษาสรุป

ผู้ให้การปรึกษา : ก่อนที่จะหมดเวลาคุยกันในวันนี้ ครูจะขอให้หนูสรุปว่าเราคุยอะไรกันไปบ้าง

8) ทักษะการให้ข้อมูลและคำแนะนำ (Giving Information and Advising Skill)

“การให้ข้อมูล” เป็นการสื่อสารทางวาจาเกี่ยวกับข้อมูลหรือรายละเอียดต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่ผู้รับการปรึกษา “ส่วนการให้คำแนะนำ” เป็นการชี้แนะแนวทางปฏิบัติในการแก้ไขปัญหาให้แก่ผู้รับการปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) ให้ความรู้ ข้อมูล และรายละเอียดต่าง ๆ ที่จำเป็นแก่ผู้รับการปรึกษา
- (2) ให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจปัญหาของตนเอง
- (3) ให้ผู้รับการปรึกษามีข้อมูลประกอบการตัดสินใจ
- (4) ให้ผู้รับการปรึกษามีทางเลือกและแนวทางปฏิบัติที่เขาอาจจะนึกไม่ถึง

แนวทางปฏิบัติ

การให้ข้อมูล

- ให้ข้อมูลที่ถูกต้อง ครบถ้วน และใช้ภาษาง่ายๆ
- ตรวจสอบความรู้เดิมในเรื่องที่จะให้ข้อมูลจากผู้รับคำปรึกษาก่อน เพื่อให้ข้อมูลมีประสิทธิภาพ
- หลังจากให้ข้อมูลแล้วควรตรวจสอบว่าผู้รับการปรึกษา เข้าใจถูกต้องหรือไม่ โดยให้ผู้รับการปรึกษาทวนซ้ำการให้คำแนะนำ

ให้คำแนะนำเมื่อพิจารณาอย่างรอบคอบแล้วว่า เป็นสิ่งที่สำคัญและจำเป็นสำหรับผู้รับการปรึกษา และให้โอกาสผู้รับการปรึกษาพิจารณาว่าคำแนะนำนั้นเหมาะสมกับตนเอง สามารถนำไปปฏิบัติได้จริงหรือไม่ หรืออาจถามความคิดเห็น ความรู้สึกที่มีต่อคำแนะนำนั้น

ตัวอย่าง

- “ก่อนที่จะให้รายละเอียดเกี่ยวกับเรื่อง.....ครูอยากทราบว่าหนูเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องนี้ว่าอย่างไรบ้าง”

- “ในส่วนไหนของเรื่อง.....ที่หนูคิดว่ายังไม่รู้และต้องการรายละเอียดเพิ่ม”

- “สำหรับแนวทางที่จะจัดการเรื่อง.....ครูคิดว่าควรจะ.....หนูคิดว่าอย่างไรคะ”

ข้อควรระวัง

การให้คำแนะนำ มีข้อเสียอยู่หลายประการเช่น หากผู้รับการปรึกษาไม่ชอบก็จะปฏิเสธและมีทัศนคติทางลบต่อการให้การปรึกษา หรือถ้าผู้รับการปรึกษาได้รับคำแนะนำแล้วนำไปปฏิบัติและไม่ได้รับผลก็จะโทษผู้ให้การปรึกษา หากได้รับผลดีผู้รับการปรึกษาก็จะมาใหม่อีก เป็นการสร้างความรู้สึกผูกพันและพึ่งพิงผู้ให้การปรึกษาต้องตระหนักไว้เสมอว่าผู้รับการปรึกษาจะต้องเป็นผู้ตัดสินใจเลือกเอง

9) ทักษะการชี้ผลที่ตามมา (Pointing Outcome Skill)

การชี้ผลที่ตามมาเป็นการเน้นให้ผู้รับการปรึกษาได้เห็นผลที่อาจตามมาจากการคิด การตัดสินใจ การวางแผนและการปฏิบัติของเขาเองทั้งในทางลบและทางบวก ผลที่ตามมานี้อาจเป็นได้ทั้งเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในใจเขาหรือเหตุการณ์ภายนอก ซึ่งทำให้พฤติกรรมที่เป็นปัญหาคงอยู่รุนแรงขึ้นหรือลดลง การชี้ผลที่ตามมาทำได้ 2 ทางคือ การชี้ผลที่ตามมาในทางบวกเป็นการชี้ให้ผู้รับการปรึกษาเห็นข้อดีและประโยชน์ที่จะได้รับ เป็นการสนับสนุนให้ผู้รับการปรึกษากล้าตัดสินใจ หรือปฏิบัติตามแผนที่ได้วางไว้และการชี้ผลที่ตามมาในทางลบ เป็นการบอกถึงผลที่ไม่ดีหรือโทษที่อาจจะตามมา จากการตัดสินใจหรือการปฏิบัติ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

(1) ให้ผู้รับการปรึกษารับรู้ถึงผลดีและผลเสียของการคิด การตัดสินใจ การวางแผนและการปฏิบัติของเขาเองทั้งในทางลบและทางบวก

(2) ให้ผู้รับการปรึกษาตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น

แนวทางปฏิบัติ

ก่อนให้ผู้รับการศึกษานึกถึงผลดีหรือผลเสียที่จะตามมา จากการตัดสินใจหรือการปฏิบัติของตนเอง หรือผู้ให้การปรึกษาเป็นผู้ชี้ผลที่ตามมา หากผู้รับการปรึกษาไม่สามารถชี้ผลที่ตามมาด้วยตนเองได้

ตัวอย่าง

ผู้รับการปรึกษา: “ผมไม่เรียนแล้ว ผมเบื่อ.. เบื่อทุกอย่างเลย.. ผมจะไปจากทุกคน ไปตามทางของผม แล้วผมก็จะไม่ติดต่อกับใครเลย...และก็ไม่ไปที่บ้านด้วย อาจารย์คอยดูนะ”

กรณีที่ 1 ผู้รับการปรึกษาชี้ผลที่ตามมา

ผู้ให้การปรึกษา : “ถ้าหนูทำอย่างที่คุณบอก หนูคิดว่าพ่อกับแม่หนูจะเป็นอย่างไร”

กรณีที่ 2 ผู้ให้การปรึกษาชี้ผลที่ตามมา

ผู้ให้การปรึกษา : “ถ้าเธอทำอย่างที่คุณบอก พ่อกับแม่เธอคงจะผิดหวังและเสียใจมาก”

ในการให้การปรึกษานั้น ผู้ให้การปรึกษาควรเลือกใช้ทักษะการให้การปรึกษาที่เหมาะสมกับ ลักษณะ ปัญหา และควรใช้ทักษะให้หลากหลาย ไม่ใช้ทักษะใดทักษะหนึ่งบ่อยเกินไป

10) ทักษะการนำ (Leading Skill)

การนำเป็นการที่ผู้ให้การปรึกษาพุดนำผู้รับการปรึกษาไปในทิศทางที่ผู้ให้การปรึกษาคิดว่า จะทำให้ผู้รับการปรึกษาได้ประโยชน์สูงสุดในการมาขอรับการปรึกษา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษากล้าที่จะพุดคุยมากขึ้น
- (2) เปิดประเด็นปัญหาของผู้รับการปรึกษา
- (3) ให้ผู้รับการปรึกษาเลือกประเด็นปัญหาที่ต้องการปรึกษา
- (4) กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาสำรวจปัญหาและนำเสนอความรู้สึกของตนเองมากขึ้น

แนวทางปฏิบัติ

- กำหนดวัตถุประสงค์ของการนำให้ชัดเจนว่าต้องการนำโดยให้อิสระแก่ผู้รับการปรึกษา ในการพุดถึงเรื่องใดเรื่องหนึ่งตามที่เขาต้องการ หรือต้องการนำในประเด็นใดประเด็นหนึ่งเฉพาะเจาะจง

- ใช้ประโยคบอกเล่า เพื่อกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาพุด
- ใช้ประโยคคำถาม เพื่อให้ผู้รับการปรึกษาแสดงความรู้สึก ความคิดเห็นหรือรายละเอียดอื่น ๆ เพิ่มเติม

ตัวอย่าง

- การนำด้วยการใช้ประโยคบอกเล่า
- “หนูจะเริ่มตันแล้วสาเหตุของการที่หนูมาพบครูในตอนนี้ได้ไยนะ”
 - “ขอรายละเอียดเกี่ยวกับเรื่อง.....เพิ่มเติมอีกสักหน่อยซิ”
 - “เมื่อไหร่หนูพุดว่า.....”
 - “ลองยกตัวอย่างการกระทำของแม่ที่ทำให้เธอรู้สึกเสียใจสัก 1-2 ตัวอย่างซิครับ”

การนำด้วยการถาม

- “วันนี้หนูอยากคุยเรื่องอะไรคะ”
- “เราจะเริ่มที่เรื่องไหนก่อนดี ”
- “มีอะไรอีกไหมที่หนูอยากพุดถึง”
- “คุณบอกว่ามีเรื่องกังวลอยู่หลายเรื่อง แล้วเรื่องไหนที่คุณกังวลมากที่สุดและอยากพุดถึงก่อน

เป็นอันดับแรก”

11) ทักษะการสะท้อนกลับ (Reflection Skill)

การสะท้อนกลับ เป็นการบอกความเข้าใจของผู้ให้การปรึกษาที่มีต่อสิ่งที่ผู้รับการปรึกษารู้สึก รับรู้ หรือสนใจที่เป็นปัจจุบัน ขณะให้การปรึกษาการสะท้อนกลับจะรวมความรู้สึกและเนื้อหาที่ผู้รับการปรึกษาพุดถึง

หรือสิ่งที่ผู้ให้การศึกษาสังเกตเห็น จากการทำทางของผู้รับการปรึกษาโดยใช้คำพูดของผู้ให้การศึกษาที่ชัดเจน เข้าใจได้ง่าย โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาแสดงความรู้สึกและเปิดเผยเรื่องราวของตนเองให้มากขึ้นหรือชัดเจนขึ้น
- (2) ให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจปัญหารวมทั้งสาเหตุและผลกระทบที่เกิดขึ้น ตลอดจนมีความเข้าใจ และรับรู้ความรู้สึกของตนเองมากขึ้น

- (3) แสดงความสนใจและเข้าใจความรู้สึกและเรื่องราวของผู้รับการปรึกษา

แนวทางปฏิบัติ

- สังเกตพฤติกรรมของผู้รับการปรึกษา ขณะให้การศึกษา เช่น ลักษณะคำพูด น้ำเสียง สีหน้า ท่าทาง
- จับประเด็นสำคัญของสิ่งที่ผู้รับการปรึกษาพูด
- รวมความรู้สึกและเนื้อหาที่ผู้รับการปรึกษาแสดงออกและพูดถึงเข้าด้วยกัน แล้วใช้คำพูดที่ชัดเจน เข้าใจได้ง่าย โดยพูดออกไปทันทีเพื่อสะท้อนสิ่งที่ผู้รับการปรึกษากำลังรู้สึกหรือรับรู้โดยอาจพูดความรู้สึกก่อนแล้วตามด้วยเนื้อหา หรือเริ่มด้วยเนื้อหาแล้วตามด้วยความรู้สึก ในการสะท้อนความรู้สึกผู้ให้การศึกษาควรหลีกเลี่ยงที่จะใช้คำว่า “รู้สึก” บ่อย ๆ

ตัวอย่าง

ผู้รับการปรึกษา : พ่อกับแม่ทะเลาะกันตลอด ผมไม่รู้ว่าเมื่อไหร่ครอบครัวของผมจะอยู่กันอย่างสงบสุขแบบครอบครัวอื่นเขาบ้าง

กรณีที่ 1 สะท้อนความรู้สึกก่อน

ผู้ให้การศึกษา: เธอไม่มีความสุขที่ต้องอยู่ในท่ามกลางความขัดแย้งของพ่อแม่

กรณีที่ 2 สะท้อนเนื้อหาก่อน

ผู้ให้การศึกษา: การที่พ่อแม่ไม่ปรองดองกันทำให้เธอไม่มีความสุข

12) ทักษะการทำให้กระจ่าง (Clarifying Skill)

การทำให้กระจ่าง เป็นการช่วยให้ผู้ให้การศึกษาช่วยให้ผู้รับการปรึกษากระจ่างแจ้งในสิ่งที่เขากล่าวถึง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- (1) เพื่อให้ผู้ให้การศึกษาและผู้รับการปรึกษา กระจ่างแจ้งในเรื่องราว สภาพการณ์และความรู้สึกของผู้รับการปรึกษา
- (2) เพื่อช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเพิ่มเติมขยายความยิ่งขึ้น

แนวทางปฏิบัติ

ผู้ให้ศึกษายึดหลักพฤติการใช้ทักษะการทำให้กระจ่างดังต่อไปนี้ คือ ในกรณีที่ผู้รับการปรึกษาพูดด้วยถ้อยคำสับสน เรื่องราววกวนสลับซับซ้อน ผู้ให้การศึกษาควรใช้ทักษะการทำให้กระจ่าง

ตัวอย่าง

ผู้ให้การศึกษา: ที่สมศักดิ์พูดว่าไม่ชอบบรรยากาศในห้องเรียน ช่วยอธิบายเพิ่มเติมและยกตัวอย่างประกอบได้ไหมครับ

ผู้ให้การศึกษา: จอยบอกว่าเพื่อนไม่เข้าใจในสิ่งที่จอยทำ จอยช่วยบอกได้ไหมคะว่าจอยต้องการให้เพื่อนเข้าใจอย่างไร

ผู้ให้การศึกษา: ที่ตุ๊กบอกว่าแม่บังคับทุกเรื่อง ช่วยเล่าให้ฟังได้ไหมคะว่าเช่นเรื่องอะไรบ้างและแม่บังคับอย่างไร

3.9 ขั้นตอนการให้การปรึกษา

ขั้นตอนของการให้การปรึกษา เป็นวิธีดำเนินการในการช่วยเหลือบุคคลให้สามารถบรรลุตามวัตถุประสงค์ของการให้การปรึกษา เพราะขั้นตอนการให้การปรึกษาเป็นตัวกำหนดแนวทางปฏิบัติ ที่ทำให้การให้การปรึกษาดำเนินไปอย่างเป็นระบบและมีทิศทางที่ชัดเจน ช่วยให้การให้การปรึกษาดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ สำหรับขั้นตอนการให้การปรึกษานั้น ได้มีนักจิตวิทยาเสนอไว้ค่อนข้างหลากหลาย แต่พิจารณาโดยรวมแล้วสาระสำคัญของขั้นตอนการให้การปรึกษามีความสอดคล้องกัน ในที่นี้จะแบ่งขั้นตอนการให้การปรึกษาเป็น 5 ขั้นตอน โดยยึดตามแนวทางที่สามารถเข้าใจและปฏิบัติได้ง่ายขึ้น ดังนี้ (มัลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ. 2552)



ภาพที่ 2 ขั้นตอนการให้การปรึกษา

3.9.1 ขั้นการสร้างสัมพันธภาพ

การเริ่มต้นพบกันครั้งแรกของผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา เป็นสิ่งที่สำคัญมาก เพราะการเริ่มต้นพบกันที่เป็นไปด้วยความอบอุ่นเป็นกันเอง จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความรู้สึกประทับใจ และไว้วางใจ พร้อมทั้งจะเปิดเผยเรื่องราวของตนเองและร่วมมือในการปรึกษา ทำให้การให้การปรึกษาบรรลุเป้าหมายได้ง่ายขึ้น การสร้างสัมพันธภาพ มีวัตถุประสงค์ เพื่อ

- 1) ให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความมั่นใจต่อการให้การปรึกษาและไว้วางใจผู้ให้การปรึกษา
- 2) ลดความประหม่าและวิตกกังวลของผู้รับการปรึกษา
- 3) สร้างความรู้สึกคุ้นเคยและเป็นกันเองระหว่างผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษา
- 4) สร้างความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับการให้การปรึกษา

แนวทางปฏิบัติ

- ยิ้มแย้มทักทาย
- การลุกขึ้นต้อนรับหรือเดินไปรับ และเชิญให้นั่ง
- แนะนำรายละเอียดของตัวเองสั้นๆ เช่น ชื่อ บทบาทหน้าที่ เป็นต้น
- ขอให้ผู้รับการปรึกษาแนะนำข้อมูลส่วนตัวที่สำคัญ เช่น ชื่อ ชั้นเรียนที่กำลังศึกษา พูดคุยเรื่องทั่วไป เช่น สภาพดินฟ้าอากาศ เหตุการณ์ที่กำลังเป็นที่สนใจ สภาพหรือลักษณะการเรียน
- ให้ผู้รับการปรึกษาเล่าสาเหตุที่มาขอรับการปรึกษา
- แจ้งขอบข่าย ลักษณะ กระบวนการให้การปรึกษา ตลอดจนบทบาทหน้าที่ของผู้ให้การปรึกษาและผู้รับการปรึกษาตามความเหมาะสม
- เน้นเรื่องการรักษาความลับ
- ฟังและใส่ใจผู้รับการปรึกษา

ตัวอย่าง

ผู้รับการปรึกษา: คุณครูขา ตอนนี้คุณครูว่างมั๊ยคะ

ผู้ให้การปรึกษา: อ้าวจืด...ว่างค่ะ เข้ามานั่งก่อนซิ

ผู้รับการปรึกษา: ขอบคุณค่ะ

ผู้ให้การปรึกษา: ไม่ได้เจอกันตั้งหลายวัน เป็นยังไงบ้าง

ผู้รับการปรึกษา: สบายดีค่ะ

ผู้ให้การปรึกษา: ตะกี้ถามว่าครูว่างมั๊ย หนูมีอะไรจะคุยกับครูหรือคะ

3.9.2 ขั้นสำรวจ ทำความเข้าใจปัญหา ผลกระทบ ความต้องการและกำหนดเป้าหมายที่เป็นจริงได้

เป็นขั้นตอนที่สำคัญและอาจต้องใช้เวลาค่อนข้างมาก เนื่องจากผู้รับการปรึกษามีส่วนใหญ่มองมีความสับสนทางอารมณ์หรือมีการรับรู้ที่บิดเบือนจากความเป็นจริง เช่น อคติ เข้าข้างตนเอง หรือใช้กลไกป้องกันตนเองสูง ไม่ยอมเปิดเผยข้อมูลและรายละเอียดส่วนตัว ในบางกรณีจึงอาจต้องใช้เวลาเพื่อดำเนินการในขั้นนี้มากกว่า 1 ครั้ง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- 1) ให้ผู้รับการปรึกษาเข้าใจถึงปัญหาและสาเหตุที่แท้จริง รวมทั้งผลกระทบที่เกิดขึ้น
- 2) ให้ผู้รับการปรึกษาค้นหาความต้องการและตั้งเป้าหมายที่สามารถทำได้จริง
- 3) ให้กำลังใจและความมั่นใจในการแก้ไขปัญหาให้แก่ผู้รับการปรึกษา

แนวทางปฏิบัติ

- กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาได้เล่าระบายความรู้สึกและเรื่องราวของตนเอง รวมทั้งผลกระทบของปัญหาที่ได้รับ

- ให้ผู้รับการปรึกษากำหนดเป้าหมายที่เป็นไปได้
- เฝ้ามอง ฟัง สังเกต และใส่ใจ ทวนซ้ำ สะท้อนกลับ สรุป ให้กำลังใจ แสดงความเห็นอกเห็นใจ

ตัวอย่าง

ผู้ให้การปรึกษา: มีอะไรให้ครูช่วย วามมาเลยลูก

ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: แล้วเรื่องนี้มีสาเหตุมาจากอะไรหรือ

ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: ถ้าปล่อยให้เป็นอย่างนี้ต่อไปมันจะมีผลอย่างไรกับหนูบ้างละ

ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: หนูอยากให้ครูช่วยยังไงละ

ผู้รับการปรึกษา:

3.9.3 ขั้นหาแนวทางแก้ไขปัญหา

แนวทางแก้ไขปัญหาคำหนดโดยผู้รับการปรึกษา จะช่วยให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง ผู้ให้การปรึกษาระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาคิดเอง และตัดสินใจเลือกวิธีที่เหมาะสมกับตัวเอง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- 1) ให้ผู้รับการปรึกษามีแนวทางแก้ไขปัญหที่เหมาะสม ทำได้จริง
- 2) หาข้อดี ข้อเสียของแนวทางแก้ไขปัญหา
- 3) ตัดสินใจเลือกแนวทางที่เหมาะสม

แนวทางปฏิบัติ

- กระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาคิดวิธีแก้ไขปัญหามากมาย ๑ วิธี
- ให้การปรึกษาเสนอแนะวิธีแก้ไขเพิ่มเติม

- ให้ผู้รับการศึกษายกข้อดี ข้อเสียของวิธีแก้ไขปัญหแต่ละวิธี ถ้าข้อมูลไม่เพียงพอ ผู้ให้การปรึกษาให้ข้อมูลเพิ่มเติม แล้วให้ผู้รับการปรึกษาเลือกวิธีที่เหมาะสม

ตัวอย่าง

ผู้ให้การปรึกษา: หนูคิดว่ามีวิธีไหนบ้างในการแก้ปัญหาเรื่องนี้

ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: แต่ละวิธีมีข้อดีและข้อเสียอย่างไรบ้างละ

ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: แล้ววิธีไหนที่ควรนำไปใช้มากที่สุดละ

ผู้รับการปรึกษา:

3.9.4 ขั้ววางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ

การปฏิบัติตามแนวทางแก้ไขปัญหที่ผู้รับการปรึกษาดัดสันใจเลือกไว้ในขั้นที่ 3 เป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้การให้การปรึกษามีคุณค่าและจะเป็นประโยชน์มากขึ้น ถ้ามีการทำข้อตกลงระหว่างผู้รับการปรึกษากับผู้ให้การปรึกษาว่าจะปฏิบัติตามแผน เพราะจะช่วยกระตุ้นให้ผู้รับการปรึกษาเกิดความตั้งใจและพร้อมที่จะลงมือปฏิบัติตามขั้ววางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1) กำหนดขั้นตอนและรายละเอียดของการปฏิบัติ เพื่อให้เป็นไปตามแนวทางการแก้ไขปัญหที่ผู้รับการปรึกษาเลือกไว้

2) กำหนดระยะเวลาที่จะใช้ในการแก้ไขปัญห

3) กำหนดแนวทางการประเมินผลการแก้ไขปัญห

4) สร้างความมั่นใจในการลงมือปฏิบัติตามแนวทางแก้ไขปัญห

แนวทางปฏิบัติ

- กระตุ้นผู้รับการปรึกษาให้กำหนดขั้นตอนและรายละเอียดของการปฏิบัติในการแก้ไขปัญห

- ให้กำลังใจ และช่วยทำความเข้าใจเกี่ยวกับการวางแผนแก้ปัญห

- ชักชวนให้ทำข้อตกลงว่าจะปฏิบัติตามแผน

ตัวอย่าง

ผู้ให้การปรึกษา: ถ้าฉัน หนูจะไปคุยกับเพื่อนตอนไหน

ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: หนูจะคุยประเด็นไหนบ้างละ

ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: ดีมากเลย ครูเชื่อว่าหนูต้องทำได้อยู่แล้วละ

3.9.5 ขั้วยุติการให้การปรึกษา

เมื่อการให้การปรึกษาดำเนินไปจนหมดเวลาที่กำหนดไว้ในแต่ละครั้ง / ในแต่ละราย หรือในกรณีที่ผู้รับการปรึกษามีท่าทีต่อต้าน / ไม่ร่วมมือในการปรึกษา ก็ให้ยุติการให้การปรึกษา โดยให้ดำเนินการด้วยความนุ่มนวล อ่อน เป็นมิตรและแสดงความพร้อมที่จะให้ความช่วยเหลือในโอกาสต่อไปถ้าผู้รับการปรึกษาต้องการ การยุติการให้การปรึกษามีวัตถุประสงค์เพื่อ

1) จบการให้การปรึกษาในแต่ละครั้ง หรือแต่ละราย

2) ให้กำลังใจและความมั่นใจแก่ผู้รับการปรึกษา

แนวทางปฏิบัติ

- ส่งสัญญาณว่าจะหมดเวลา และบอกจำนวนเวลาที่เหลือตามที่กำหนดไว้เมื่อเหลือเวลาประมาณ 5-10 นาที

- ให้ผู้รับการปรึกษาสรุปประเด็นที่ได้พูดคุยกันมา โดยผู้ให้การปรึกษาช่วยเพิ่มเติมส่วนที่ขาดหายไป

- ให้กำลังใจและแสดงความมั่นใจว่า ผู้รับการปรึกษาจะจัดการกับปัญหาได้

- ในกรณีที่ไม่สามารถแก้ไขปัญหานี้ได้ ก็เปิดโอกาสให้ผู้รับการปรึกษานัดหมายกำหนดวัน เวลา ในการให้การปรึกษาครั้งต่อไป

- ในกรณีที่ปัญหาไม่ได้รับการคลี่คลาย ส่งต่อผู้รับการปรึกษาไปยังผู้เชี่ยวชาญ โดยให้ข้อมูลที่จะเป็น ประโยชน์ต่อการตัดสินใจของผู้รับการปรึกษาในการขอรับการปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญต่อไป

ตัวอย่าง

ผู้ให้การปรึกษา: (คุณาฬิกา) เอาละ ตอนนี้เรามีเวลาเหลือประมาณ 5 นาที เท่าที่เราคุยกันมา หนู ช่วยสรุปหน่อยซิ เพื่อให้เราเข้าใจตรงกัน

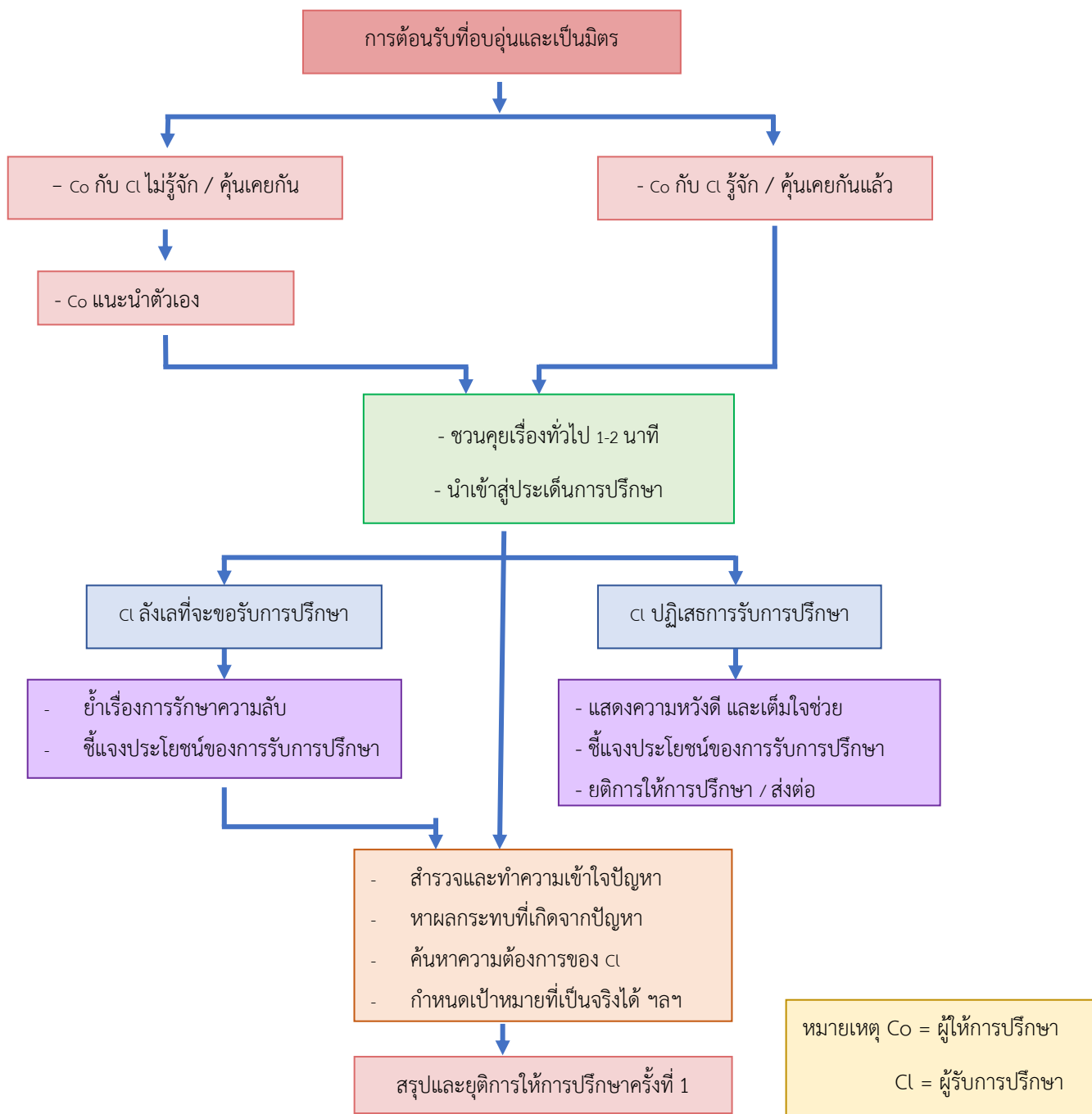
ผู้รับการปรึกษา:

ผู้ให้การปรึกษา: ดีมากค่ะ ครูเชื่อว่าหนูต้องทำได้แน่ ๆ ครูเป็นกำลังใจให้นะ ถ้าได้ผลอย่างไรมาเล่า ให้ครูฟังบ้างนะคะ

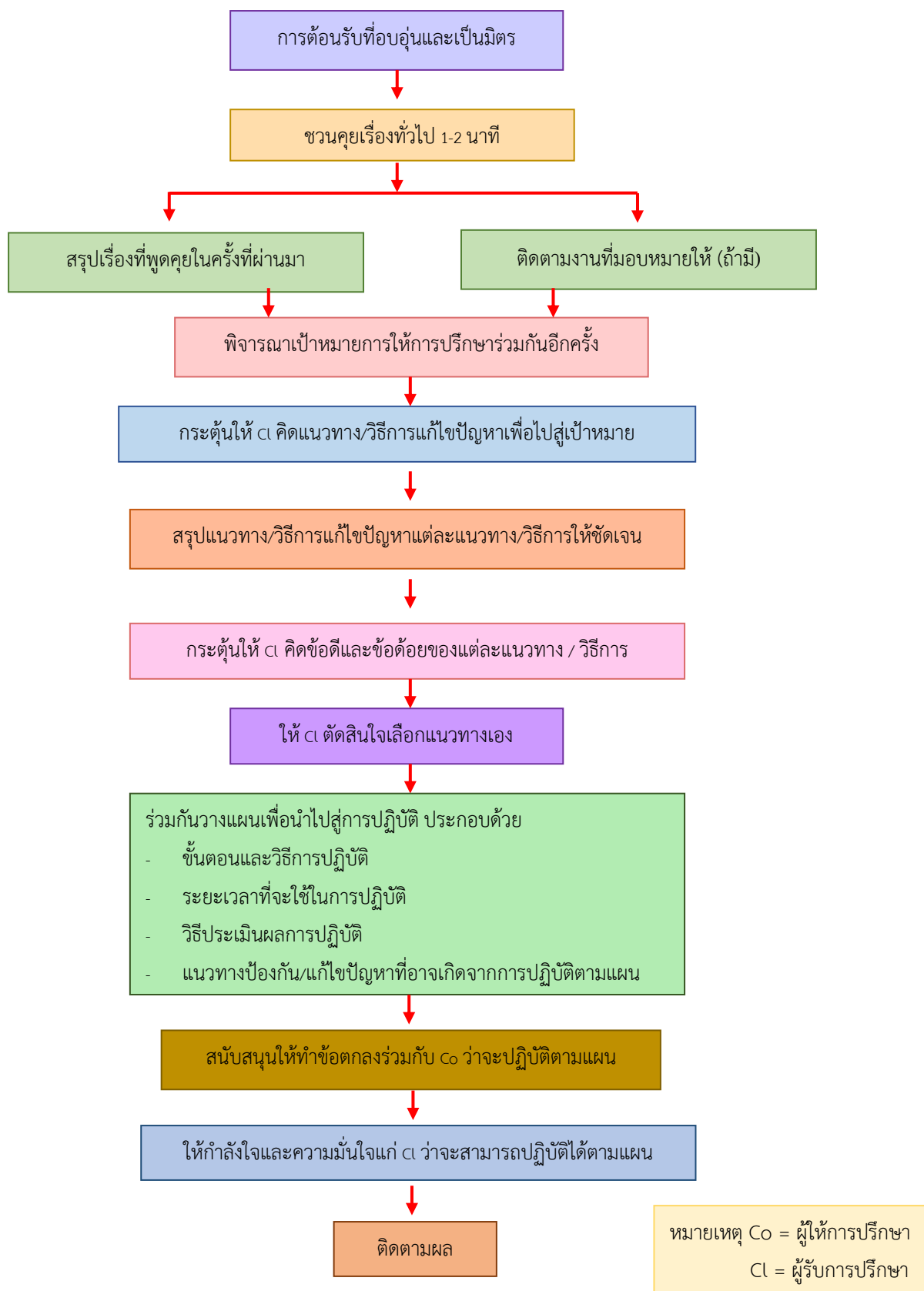
ในหลายกรณี ปัญหาของผู้ขอรับการปรึกษาสามารถดำเนินการแก้ไขปัญหาก็เสร็จสิ้นภายในครั้ง เดียว หากไม่สามารถดำเนินการให้เสร็จสิ้นในครั้งเดียวได้ ในการให้การปรึกษาครั้งต่อไป ควรเริ่มต้นด้วยการ สร้างสัมพันธภาพ ทั้งนี้เพื่อความเข้าใจตรงกัน สามารถนำเสนอรายละเอียดตามแผนภูมิ ต่อไปนี้

แผนภูมิการให้การปรึกษา
กรณีที่ไม่สามารถดำเนินการแก้ไขปัญหให้เสร็จสิ้นในครั้งเดียว

แผนภูมิการให้การปรึกษา ครั้งที่ 1

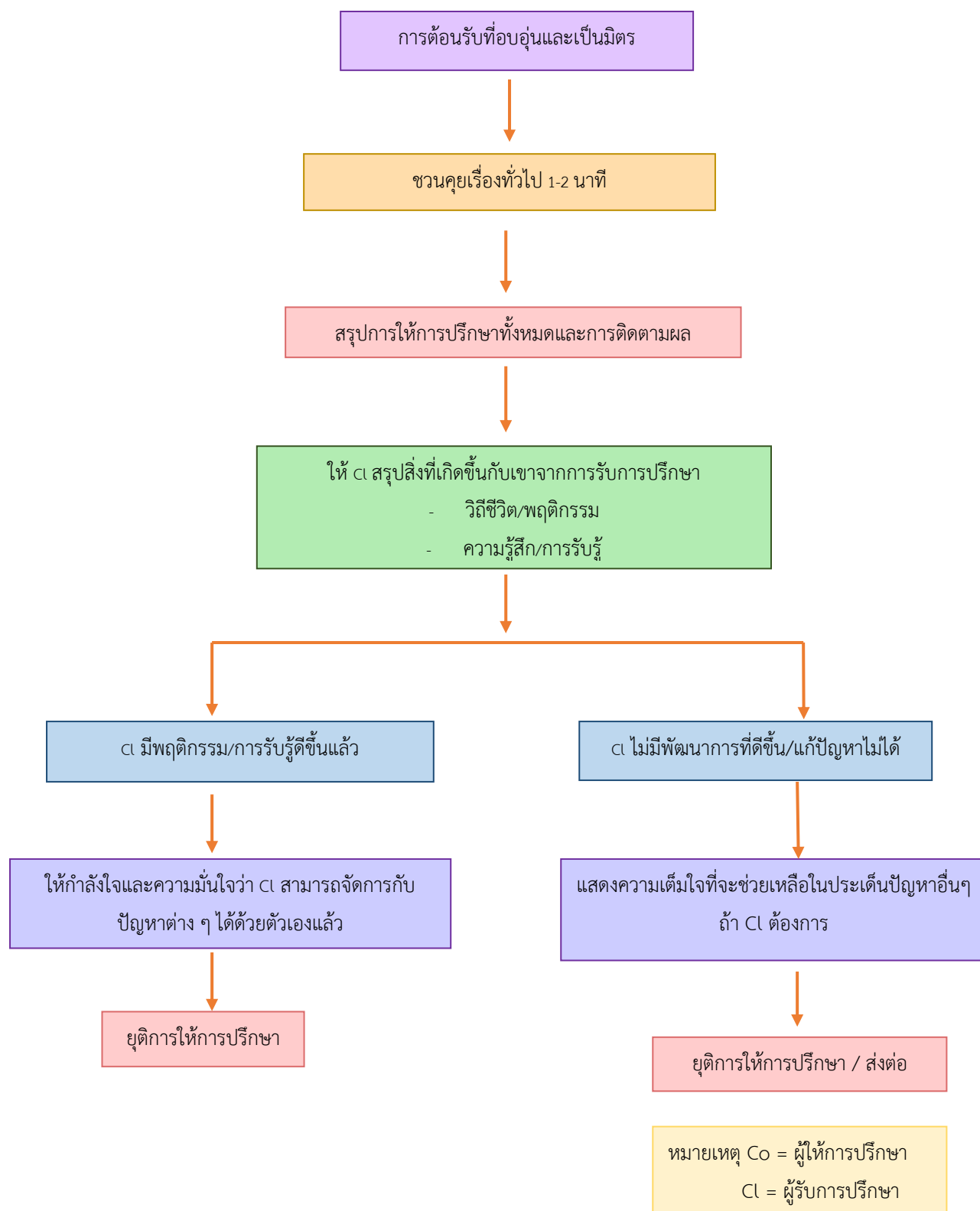


แผนภูมิการให้การปรึกษา ครั้งที่ 2 - ก่อนสุดท้าย



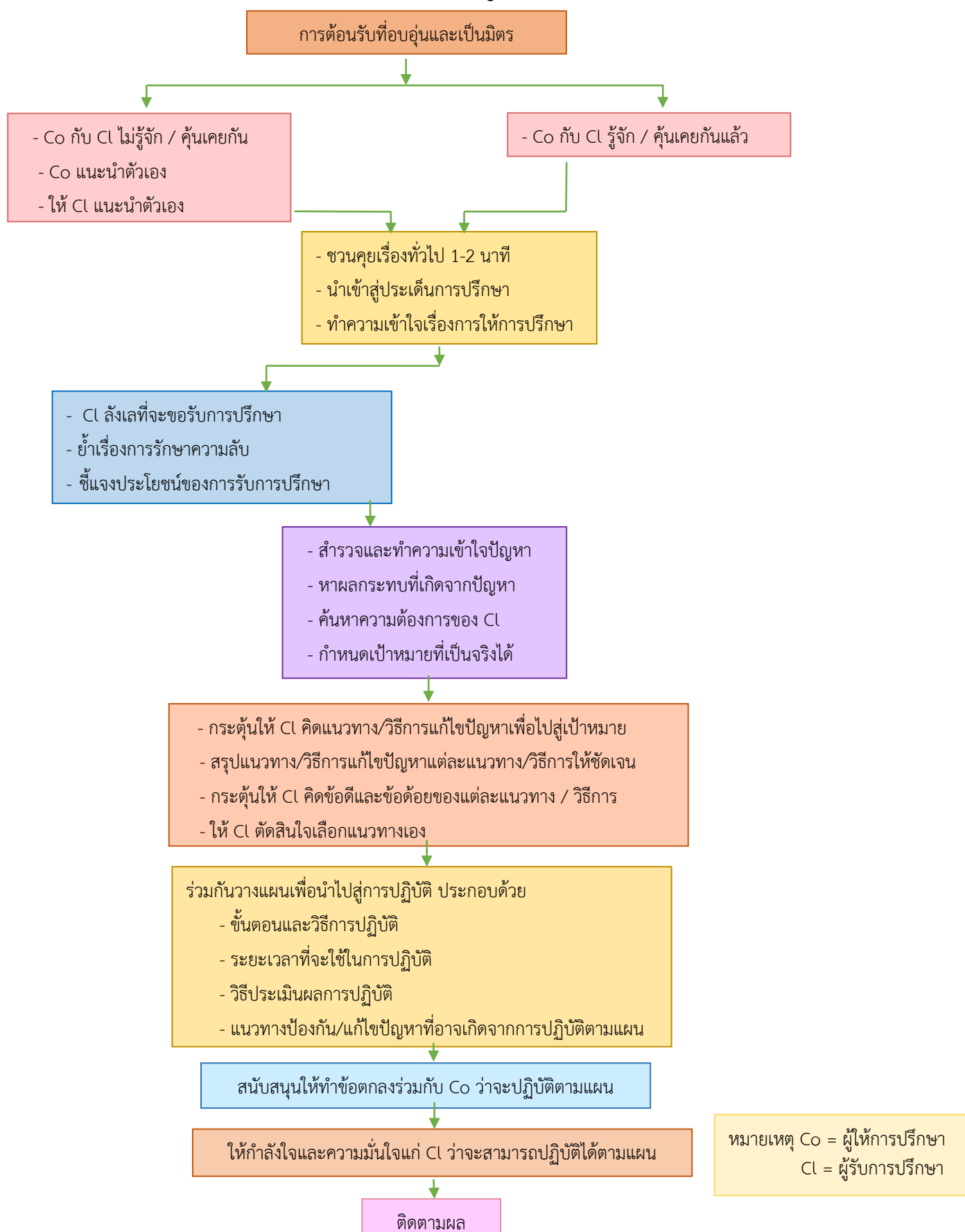
ที่มา: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2556

ก่อนยุติการให้การศึกษาแต่ละครั้ง สรุปรูปและให้กำลังใจว่า CL จะบรรลุตามเป้าหมายได้
แผนภูมิการให้การศึกษาครั้งสุดท้าย



ที่มา: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2556

แผนภูมิการให้การปรึกษา
กรณีที่สามารถหาแนวทางแก้ไขปัญหามาให้เสร็จสิ้นในครั้งเดียว



3.10 ตัวอย่างการให้การปรึกษา

3.10.1 กรณีไม่ส่งต่อ

1) ผู้รับการปรึกษามาขอรับการปรึกษาเอง

	คำพูด	ขั้นตอน
Cl	น้อย...น้อย...(ตะโกนเรียก) ว่างป่าว	
Co	อ้าวจืด...ว้างซี...(เดินเข้าไปหา) ว่างอยู่แล้วสำหรับจืด	สร้างสัมพันธภาพ
Cl	เธอ...ดีจังเลย	
Co	ไม่ได้เจอตั้งหลายวัน เป็นไงบ้าง	
Cl	ก็ติดอยู่	
Co	ตะกี้ถามว่าเราว่างไหม มีอะไรจะให้ช่วยบอกได้เลยนะ เต็มที่อยู่แล้ว สำหรับเพื่อน (จูงมือ พาเดินไปหาที่นั่ง) ไปหาที่นั่งคุยกันดีกว่า...ไป... (หาที่นั่งได้เรียบร้อยแล้ว)	
Co	...มีไร ว่ามาเลยเพื่อน	สำรวจและทำความเข้าใจปัญหา
Cl	คือ...เธอจำพี่เจได้มัย ที่เราแอบบิงพี่เค้าไว้นะ	
Co	พี่เจเธอ...อืม..จำได้ ๆ	
Cl	นั่นแหละ...ตอนนี้เราก็คูญกับพี่เค้าทางโทรศัพท์บ้าง เจอกันก็คุยกันบ้าง เกือบจะ 3 เดือนแล้วมั้ง...เมื่อวานพี่เจโทรมาหาเรา พี่แกบอกว่า จะชวนเราไปดูหนังวันเสาร์ที่จะถึงนี้อะ	
Co	อืมแล้วไง	
Cl	ก็เรา...ไม่รู้ว่าจะไปดีมัย ใจหนึ่งก็อยากไป อีกใจหนึ่งก็ไม่แน่ใจ	
Co	อ้าว แทนที่จะรีบไป โอกาสดีจะตาย มีอะไรปะ เธอถึงไม่แน่ใจ	
Cl	ก็วันเสาร์นี้อะ เรานัดกับแม่ว่าจะไปซื้อของกัน คราวนี้ถ้าเราจะไป กับพี่เจ เราก็ไม่รู้ว่าจะบอกแม่ว่าอย่างไรดี แต่ก็อีกนั่นแหละรอตั้งนาน กว่าพี่เจจะชวนดูหนัง เธอก็รู้ว่าพี่เจนัดขนาดไหน ถ้าจะถ้าปฏิเสธไป ก็เสียตาย เลยไม่รู้ว่าจะทำไงดี กับแม่ก็นัดไว้นานแล้วเหมือนกัน	
Co	อ้อ...ติดนัดอื่นแล้ว และเป็นนัดกับแม่ด้วย เลยไม่รู้จะทำไงดี	
Cl	ใช่	
Co	เธอคิดว่า...ถ้าเธอไปกับแม่แล้วไม่ไปกับพี่เจจะเป็นยังไง	หาแนวทางแก้ไข ปัญหา
Cl	ถ้าไม่ไปกับพี่เจเราก็คงเสียตาย โอย คิดไม่ออก ทำไงดีนี่ ที่วันที่ เราว่าง ๆ ก็ไม่มานัด ดันมานัดวันที่เราไม่ว่าง	
Co	อือ...ถ้าเธอไปกับพี่เจ แล้วไม่ไปกับแม่ละ	

	คำพูด	ขั้นตอน
Cl	ก็...นัดกับแม่ก็สำคัญนะ แต่แม่ก็อยู่กับเราตลอดใช่ไหมะ ไปวันไหนก็ได้ พี่เจนี่สิถ้าไม่ได้ไปคราวนี้เสียตายแน่ ถ้าไม่ได้ไปกับแม่ แล้วแม่รู้ว่าเราไปดูหนังกับพี่เจ แม่ก็คงเสียใจ เอ้อ...แน่จริง	
Co	...ถ้าไม่ไปกับแม่ ก็กลัวว่าถ้าแม่รู้แม่จะเสียใจ แต่ถ้าไม่ไปกับพี่เจ เธอก็เสียตาย	
Cl	ฮืม...ใช่...ใช่	
Co	ถ้าฉันไปพร้อมกันทั้ง 3 คนเลยเป็นไง จะได้ไม่มีใครเสียใจหรือเสียตาย	
Cl	เหอ...เอ่อ...ใช่ ทำไมเรานึกไม่ออกนะ เราก็นัดพี่เจไปเจอกับแม่เรา แล้วก็ไปด้วยกันเลย พี่เจจะได้รู้จักกับแม่เราด้วย	
Co	ถ้าไปด้วยกัน คิดว่าพี่เจจะว่าไงบ้าง	
Cl	คงไม่ว่าอะไรหรอก เพราะพี่เค้าก็เคยบอกว่าอยากไปเที่ยวบ้านเรา แต่เราก็อายุยังไปเลย	
Co	อ้อ พี่เจนี่เค้าทำดินนะ แล้วแม่เธอละจะว่าไงบ้าง	
Cl	แม่เหอ...เราเคยเล่าเรื่องพี่เจให้แม่ฟังอยู่นะ แม่ก็น่าจะอยากรู้จักพี่เจเหมือนกันแหละ	
Co	เออ...ก็ดีไปพร้อมกัน 3 คน แล้วเธอบอกพวกเค้าว่าไง	วางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ
Cl	เราจะโทรไปบอกพี่เจก่อนว่าแม่จะไปด้วยนะ แต่อาจจะไป... เป็นเพื่อนแม่ซื้อของ ไม่ได้ดูหนัง หรือไม่ก็อาจจะได้ดูหนังด้วย ถ้าแม่ยอม	
Co	ก็ดี...แล้วกับแม่ละ เธอบอกแม่ว่าไง	
Cl	เรากะว่า จะบอกไปตามจริงเลยแหละว่า พี่เจชวนไปดูหนัง แล้วเราก็ออยากไป แต่เวลามันตรงกับแม่นัดไว้ เลยจะขอให้พี่เจไปด้วย ไปซื้อของกันก่อน แล้วค่อยไปดูหนัง แม่กับพี่เจจะได้รู้จักกัน พูดยังดีไหม	
Co	ดี ๆ	
Cl	ขอบใจมากนะ เราไปละ	
Co	จ้า...แล้วเจอกัน อ้อ...อย่าลืมเล่าให้ฟังบ้างนะ	
Cl	จ้า...บาย	ยุติการให้การปรึกษา

2) ผู้ให้การปรึกษาเข้าไปพูดคุยกับผู้รับการปรึกษาก่อน

	คำพูด	ขั้นตอน
Co	หวัดดีพี่ว ทำอะไรอยู่เหรอ	สร้างสัมพันธภาพ
Cl	หวัดดีจ๊ะ...ไม่ได้ทำอะไรหรอก นั่งคิดอะไรไปเรื่อยเปื่อยนะ (ท่าทางเศร้าๆ)	
Co	ไม่ค่อยได้เจอกันตั้งหลายวัน ไม่ค่อยว่างเหรอ	
Cl	ก็...ยุ่ง ๆ นิดหน่อย	
Co	เออ...เราเก็บซีท ใบงานที่อาจารย์แจกไว้ให้แล้ว	
Cl	อืม...ขอบใจนะ	
Co	ไม่เป็นไรหรอก...เออ...เรา...ว่าตัวดูซึมๆ ยังไงไม่รู้ มีอะไรรีไปเล่า	
Cl	ก็...ไม่มีอะไรนะ (ก้มหน้า น้ำเสียงไม่ค่อยดี)	
Co	อืม...มีอะไรก็เล่าให้ฟังได้นะ	
Cl	ก็...มีเรื่องไม่สบายใจนิดหน่อย แต่ไม่มีอะไรหรอก เดียวก็หาย	
Co	เราเป็นห่วงนะ ไม่ค่อยเห็นตัวมาเรียนเลยระยะนี้ ถ้ามาก็สาย	
Cl	ก็...มัน...ไม่มีอะไรหรอก (หลบตา ก้มหน้า)	
Co	(จับมือ/แขน) อย่างที่บอกอะนะ เราเป็นห่วง ไม่อยากให้ตัวโดดเรียนแล้ว ก็...อยากให้ตัวว่าเรงเหมือนเดิม มีอะไรก็เล่าให้ฟังได้ แต่ถ้ากังวลว่าเรา จะเล่าให้คนอื่นฟังละก็ ขอให้วางใจ...เรารับรองว่าไม่บอกใครหรอก	
Cl	ไม่หรอก เราไม่กลัวว่าตัวจะเล่าต่อ...แต่...เรา...	
Co	การเล่าเรื่องไม่สบายใจให้เพื่อนฟัง บางทีมันอาจจะทำให้เรารู้สึกดีขึ้นได้นะ ตัวมีเรื่องไม่สบายใจอะไรก็เล่าให้เราฟังได้ จะได้ช่วยกันคิด	
Cl	ก็ไม่มีอะไร...เราเพิ่งแต่คิดว่า...เข้าเรียนหรือไม่ก็มีความเท่ากันแหละ	
Co	คำมันเท่ากันยังไงเหรอ...ฮิ	สำรวจและทำ- ความเข้าใจปัญหา
Cl	เท่ากันซิ ถึงเราเข้าเรียนก็...เรียนไม่รู้เรื่อง มาแล้วเรียนไม่รู้เรื่องสูนอน อยู่ห้องดีกว่า	
Co	เรียนไม่รู้เรื่องเพราะอะไร	
Cl	ก็...ถึงเรามาเรียน เราก็ง่วงนอน...เรียนก็ไม่ได้เรื่อง เลยไม่มาเรียนดีกว่า	
Co	ง่วงนอน...นอนดีกว่า	
Cl	อืม...ดึก...ช่วงนี้บอยเค้าไปติดเพื่อนที่เปิดร้านเกม แล้วที่ร้านเกมนะสาว ๆ มาเล่นกันเยอะแยะ เรา...ก็...กลัวบอยไปแอบกิ๊กสาวพวกนั้น ก็เลยไปนั่ง เฝ้าเค้า กว่าจะได้กลับหอก็ 5 ทุ่ม เที่ยงคืน	
Co	ที่เธอนอนดึกตื่นมาเรียนไม่ไหวเพราะเธอไปเฝ้าบอยที่ร้านเกม	
Cl	ก็...ไม่รู้จะทำไง...ความจริงก็ไม่อยากไปหรอกนะ...ไปนั่งเฝ้า น่าเบื่อจะตาย แต่เราก็...ไม่รู้จะทำไงดี (สีก้นก้าง)	
Co	แล้วที่ตัวไปนั่งเฝ้าเนี่ยะ บอกเค้าว่ายังไงบ้างละ	
Cl	เค้าไม่ชอบหรอกนะ เค้าบอกว่าเค้าไปคุยเล่นกับเพื่อน บางทีก็เล่นเกมบ้าง	

	คำพูด	ขั้นตอน
	ไม่ได้สนใจสาว ๆ พวกนั้นเลย	
Co	แล้วตัวคิดยังไงกับคำพูดของเค้า	
Cl	เราก้...ไม่รู้เหมือนกัน...แต่ก็ไม่ค่อยไวใจเท่าไร	
Co	เออ...แล้ว...อะไรทำให้ตัวไม่ค่อยไวใจบอยล่ะ	
Cl	คงเพราะเค้า...เค้าหน้าตาดีมั้ง	
Co	ที่ตัวไปเฝ้าบอยเนี่ยะ...เพราะเค้าหน้าตาดี แล้วก็...กลัวเค้าไปจีบสาว ทั้งที่เค้า...ก็...ไม่ค่อยอยากให้ตัวทำแบบนั้น	
Cl	อืม...	
Co	แล้ว...ไ้การที่...ไปเฝ้าบอยทุกวันแบบนี้...ตัวคิดว่า...มันจะมีผลดีหรือเสีย กับตัวยังไงบออะ...	
Cl	อย่างน้อย...เราก้สบายใจได้ว่า...บอยจะไม่จีบใครอะนะ	
Co	อันนี้น่าจะเป็นข้อดีเน้อะ แล้ว...ข้อเสียล่ะ	
Cl	ข้อเสียเธอ...บอกตรง...ไม่ค่อยชอบให้เราไปเฝ้ามั้ง	
Co	แล้ว...ถ้าเฝ้านาน ๆ ตัวคิดว่า...เป็นไปได้ไหมที่เค้าอาจจะเบื่อ...ไม่พอใจ... แล้วก็ทำให้ทะเลาะกัน	
Cl	ก็...คงเป็นไปได้...	
Co	แล้วเรื่องโดดเรียน...แล้วก็เรื่องง่วงนอนจนเรียนไม่รู้เรื่องล่ะ...ตัวว่า เป็นผลจากนอนดึกเพราะไปนั่งเฝ้าเค้าไหม	
Cl	...ก็ใช่...	
Co	โดดเรียนมากๆ ...เนี่ยะนะ ตัวคงนึกออกเน้อะว่าผลจะเป็นไ้	
Cl	ก็...เวลาเรียนไม่พอ อาจจะหมดสิทธิสอบ หรือไม่ก็...สอบตก...(ก้มหน้า)	
Co	อืม...แล้วตอนนี้ตัวคิดออกยังว่า...การที่ตัวไปเฝ้าบอยแบบนี้เกิดผลดี หรือเสียมากกว่ากัน	
Cl	ก็...เสียมากกว่า	
Co	แล้วตัวจะทำไ้ล่ะ	หาแนวทาง แก้ไขปัญหา

	คำพูด	ขั้นตอน
Cl	เรา...ก็คงไปเฝ้าบอยให้น้อยลง...หรือ...ไม่ก็...ตัดใจไม่เฝ้าแล้ว อะไรจะเกิด ก็ช่างมัน...ไม่รู้จะทำไ้ได้ไหม แล้วก็กลับมาเรียนตามเดิม แต่เราไม่รู้ว้เรา จะเรียนทันคนอื่นรึเปล่า	
Co	เราว่า...เป็นความคิดที่ดีมากเลย ส่วนเรื่องเรียนน่าจะทันนะ เพราะตัว เรียนเก่ง แต่ถ้าไม่ทันเราจะช่วยตัวไ้	
Cl	ถ้าได้อย่างนี้ก็ดีสิ เราคงต้องให้ตัวช่วยแล้วล่ะ	
Co	เออ...แล้วเรื่องบอยล่ะ...เห็นเมื่อกี้บอกว่าจะตัดใจไม่เฝ้าหรือเฝ้าให้น้อยลง	
Cl	ก็...ไม่รู้จะทำไ้ได้ปะ	
Co	ก็น่าจะลองดูนะ หรือไม่ก็ลองคุยกันดูก่อน	

	คำพูด	ขั้นตอน
Cl	อ้อ...จะลองดู	
Co	ดีแล้วละ แล้วตัวจะเริ่มทำเมื่อไหร่ดี	วางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ
Cl	ตั้งแต่เย็นนี้เลยดีกว่า วันนี้จะได้นอนแต่หัวค่ำ พรุ่งนี้จะได้มาเรียนแต่เช้า	
Co	อืม...ดีแล้ว...เออ...จะลองนึกคำพูดที่จะไปคุยกะบอย แล้วซ้อมพูดก่อนไหมเนี่ยะ	
Cl	เหอ...ก็ดีนะ...แต่เราว่าไม่ต้องหรอก เราน่าจะจัดการได้ ขอบใจตัวมากนะ ที่ช่วยคิด เดี่ยวพรุ่งนี้เราจะรีบตื่นมาเรียน แล้วเจอกันนะ	
Co	จำ พรุ่งนี้เจอกัน บาย	ยุติการให้การปรึกษา

3.10.2 กรณีควรส่งต่อ

1) ผู้ขอรับการปรึกษานัดพบผู้ให้การปรึกษา

	คำพูด	ขั้นตอน
Co	สวัสดีจอย	สร้างสัมพันธภาพ
Cl	สวัสดีจ๊ะ (จอยนั่งรอฝนอยู่ที่ม้าหินอ่อน)	
Co	เมื่อไหร่เรียนอะไรมาเหอ...	
Cl	ภาษาไทยครูอ้าจะ...(จอยนั่งลง)	
Co	ใช้เรื่อง “ไตรภูมิพระร่วงปะ” เราเองเพิ่งเรียนเมื่อเช้านี้เอง มีงานด้วย	
Cl	ใช่ เราก็ได้งานมาเหมือนกัน ให้ไปศึกษาแผนผัง 3 โลกธาตุ สัปดาห์หน้าเราพรีเซนต์เรื่องสวรรค์	
Co	เหอ...เราได้ เรื่องนรก เนื้อหาเยอะมากเรายังจำไม่ค่อยได้ต้องพรีเซนต์สัปดาห์หน้าเหมือนกัน จะว่าไปแล้วเรื่องนี้ก็สนุกดีนะเราชอบ	
Cl	เราก็ชอบเหมือนกัน เรียนเรื่องนี้ก็กลัว ๆ เหมือนกันนะกลัวบาปนะ	
Co	ใช่เราก็อ้างว่า ไม่กล้าทำบาปเลย ว่าแต่...วันนี้จอยนัดเรามามีอะไรให้เราช่วยหรือเปล่าจ๊ะ	สำรวจปัญหา
Cl	ก็มีเรื่องไม่สบายใจ ไม่รู้จะไปปรึกษาใคร เราไม่ไว้ใจอะ	
Co	ขอบใจนะที่จอยไว้ใจเรา ว่ามาเลยเรายินดีรับฟังมีอะไรช่วยได้ยินดีช่วยจอยเต็มที่เลยจ๊ะ และรับรองว่าเรื่องที่จอยจะเล่าให้ฟังเราจะเก็บไว้เป็นความลับจอยวางใจเราได้เลยจ๊ะ จอยก็รู้นะว่าเราเป็น YC การรักษาความลับเป็นจรรยาบรรณที่สำคัญของเราเลยละ	
Cl	นั่นละ...ที่เราเลือกคุยกับฝน คือ...เรารู้สึกเบื่อหน่าย บางครั้งก็รู้สึกไม่อยากอยู่ ไม่รู้ว่าจะอยู่ไปทำไม บางครั้งก็เคยคิดไปถึงฆ่าตัวตายเลยนะ จนรู้สึกกลัวใจตัวเองว่าเราเป็นซึมเศร้าหรือเปล่า	
Co	จอยพอจะเล่าให้เราฟังได้มั้ยว่าที่รู้สึกกลัวใจตนเองนั้นอาการเป็นอย่างไร	
Cl	ฝนก็รู้นิสัยเราใช้มั่วว่าเราไม่ชอบยุ่งกับใคร เรารู้ตัวนะว่าเราโลกส่วนตัวสูง เราชอบอยู่คนเดียว อาจจะเป็นเพราะเราเป็นลูกคนเดียว เราชอบดูหนังฟังเพลง ดูซีรีส์เกาหลีของเราไปเรื่อย นอนดูโน่น นี่ นั่น ไปเรื่อยเปื่อย	

	คำพูด	ขั้นตอน
	วัน ๆ เราก็อยู่บนที่นอนของเราไป พ่อแม่ก็บ่นเรานะว่าให้ออกมานอกห้องบ้าง มาคุยกันบ้าง เราไม่...รำคาญ...เสียเวลา...ขี้เกียจคุย... ดูหนังดีกว่า...พ่อแม่ก็บ่น ๆ แต่ก็มีพูดมานะว่าจอยเป็นซึมเศร้ารีเปล่าลูก... ตอนแรกเราเองก็ว่าไม่เป็นหรอก...เป็นได้จ้ะ...บ้าไปแล้ว...แต่...ตอนนี้ก็ชักเริ่มสงสัยตนเองนะว่า เออ..น่าจะใช่หรือเปล่า..เราก็กเลยไปเสิร์ทเน็ต อ่านนะว่า อาการซึมเศร้าเป็นยังไงบ้าง เราเองก็เข้าข่ายหลายรายการ	

	คำพูด	ขั้นตอน
	มันอาจ “ใช่” ถ้าใช่จริงเราก็ต้องรักษา กลัวใจตนเองเหมือนกัน อาการเริ่มมารีเปล่าวะเนี่ยะหรือฉนั้นจะเป็นจริง ๆ วะ	
Co	ดูเหมือนว่าจอยวิตกกังวลกับอาการที่เป็นอยู่เนาะ แล้วอาการที่จอยบอกว่าตรงกับตรงกับที่เสิร์ชเนตนะ พอจะบอกได้มัยว่ามีอาการอะไรบ้าง	
Cl	ก็มีเก็บตัว..ชอบแยกตัวอยู่คนเดียว..บางครั้งรู้สึกท้อแท้เบื่อหน่ายไม่อยากจะอยู่.. ไม่อยากทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น ๆ..เราว่าเราเป็นนะ..แม้แต่พ่อแม่ตนเองเราเองก็ไม่อยากไปทำกิจกรรมด้วย บางครั้งก็แว็บๆ มา จะอยู่ไปทำไม... ชีวิตก็สั้น ๆ วนไปอยู่อย่างนี้ทุกวันตายไปสบายกว่า แต่บางครั้งก็ไม่นะ เรายังมีพ่อแม่ ยังตายไม่ได้ เราลูกคนเดียวนะแล้วพ่อแม่จะอยู่อย่างไรร ก็กะประมาณนี้นั่นไป	
Co	ดูจอยเป็นห่วงพ่อแม่มากเลยนะ น่ารักจังเป็นลูกที่ดีเลยนะนี่เพื่อนเรา แล้วอาการอย่างนี้จอยเป็นบ่อยมัยและเริ่มเป็นนานแล้วรียัง	
Cl	ก็เรื่อย ๆ นะ วันละหลายๆ ครั้ง บางทีก็...เกิน 3 ครั้งนะ จนชักเริ่มกลัวใจตัวเอง อาการแบบนี้ก็เป็นมา 2-3 เดือนแล้ว	
Co	แสดงว่าจอยก็ไม่ต้องการให้อาการเช่นนี้เกิดขึ้นต่อไปไหมมัยจะ	
Cl	ช่วย ๆ	
Co	แล้วจอยเคยคิดจะไปตรวจอาการต่าง ๆ นี้มัย	หาแนวทางแก้ไขปัญหา
Cl	คิดนะ แต่ก็รู้สึกอาย ๆ เหมือนกัน กลัวว่าถ้าใช่เพื่อน ๆ จะ...รู้สึกกับเราอย่างไร จะดูเราเป็นคนแปลก ๆ ไปรีเปล่า	
Co	จอยคิดว่ามีเพื่อน ๆ จะรู้สึกไม่ดีกับจอยเธอ	
Cl	มันก็ไม่ถึงขนาดนั้นนะ	
Co	จอยอาจรู้สึกกังวลไปแต่เราเชื่อว่าเพื่อน ๆ และทุก ๆ คนรอบข้างจอยจะเป็นกำลังใจให้จอยทั้งนั้นแหละ เราเองก็เป็นคนหนึ่งที่จอยคอยอยู่ข้าง ๆ จอย เป็นกำลังใจให้เสมอเลยจ๊ะ (จับมือ)	
Cl	ขอบใจจ๊ะ ก็น่าจะจริงของฝึมนะว่าเพื่อนก็ไม่่นามาอะไรกับเรา ทุกคนก็ดีกับเรา	
Co	ใช่จ๊ะ..เราเองเคยศึกษาเรื่องซึมเศร้าเหมือนกันอาการต่าง ๆ สามารถรักษาหายขาดได้เลยนะ แต่อาการโรคต่าง ๆ ก็จะมีอาการใกล้เคียงกันจะต้องให้ผู้เชี่ยวชาญเป็นผู้วินิจฉัยเท่านั้นจึงจะชัดเจน ที่จอยเป็นอยู่อาจไม่ใช่อาการ	

	คำพูด	ขั้นตอน
	ชิมเต้าหู้ที่จอยวิตกกัได้นะ เราคิดไปล่วงหน้าอาจไม่ส่งผลดีเท่าไรจริงมัยจะแล้วจอยคิดว่าตอนนี้จอยอยากจะตรวจจริงจังมัยอะ	
Cl	ในใจลึก ๆ ก็อยากตรวจเหมือนกันนะคิดมานานแล้วด้วย ที่เราปรึกษาฝึนก็เพื่อเพิ่มความมั่นใจนี่ละ ว่าจะตรวจดีมัย	
Co	จึ้นจอยลองคิดสิว่าข้อดีและข้อเสียของการตรวจเป็นอย่างไรบ้าง	
Cl	ข้อดีเธอ..ก็รู้ไปเลยว่าเป็นไม่เป็น ถ้าเป็นก็จะได้รับการ รักษา ข้อเสียถ้ารู้แล้วก็อาจจะรู้สึกว่ามันป่วยหรืออะนะ แต่คิด ๆ ไป ข้อดีก็น่าจะมากกว่า	
Co	ถ้าอย่างนั้น จอยจะตัดสินใจอย่างไรดีจ๊ะ	
Cl	...ตรวจ...ตรวจ...ตรวจยังงี้ก็ดีกว่าไม่ตรวจ รู้ดีกว่าไม่รู้เนาะ	
Co	สุดยอดเลยเพื่อน (Co ยกนิ้วให้) สรุปว่าจอยเลือกที่จะตรวจเนาะ เราสนับสนุนความคิดจอยเต็ม 100 เลย ถ้าตรวจแล้วเข้าข่ายว่าเป็นแน่ ๆ จอยพร้อมรับการรักษายเลยมัยอะ	วางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ
Cl	พร้อมจ๊ะ	
Co	ดีจัง...แล้วจอยมีหมอคนไหนในใจที่จอยคิดว่าจะไปตรวจหรือยัง จะเลือกไปที่คลินิกหรือโรงพยาบาลดีอะ	
Cl	ก็มีนะ ก็พอรู้มาบ้างแต่ยังไม่แน่ใจ ฝึนช่วยแนะนำหน่อยสิ	
	ที่เรารู้เนาะถ้าคลินิกก็มีหมอกัลยาเป็นหมอทางด้านนี้โดยตรง คลินิกอยู่สายเฉียงเมืองทางไปโรงพยาบาลหรือจะไปตรวจที่โรงพยาบาลโดยตรงทุกวันพฤหัสบดีได้นะหรืออีกทางเลือกหนึ่งนะจอยเราไปปรึกษาครูแนะแนวให้ช่วยติดต่อให้ไหม คุณครูเคยติดต่อให้นักเรียนโรงเรียนเราไปตรวจด้วยนะ ปรึกษาคุณครูก่อนก็ได้เนะ คุณครูใจดีมาก ๆ เพื่อจอยจะได้พูดคุยเล่าอาการให้คุณครูฟังก่อน เราคิดว่าน่าจะส่งผลดีกับจอยมาก ๆ จอยสนใจมัยจ๊ะ	
Cl	ก็ตินะ เราเองก็เคยคิดว่าจะไปพบคุณครูหลายครั้งแล้ว แต่ก็ยังไม่ได้ไปสักที	
Co	ถ้าจอยจะไปเราพาไปก็ได้เนะ คุณครูน่าจะช่วยจอยได้มากเลยละ	
Cl	ไปตอนนี้เลยก็ได้เนะเราว่างพอดี ชั่วโง่งต่อไปเป็นคาบอิสระเรา	
Co	ได้สิ (Co-Cl เดินจับมือไปด้วยกันระหว่างเดิน) จอยมีความพร้อมแบบนี้ เราเชื่อว่าทุกอย่างจะคลี่คลายไปในทางที่ดีแน่ ๆ	
ถึงห้องแนะแนว		
Co	สวัสดีค่ะคุณครู คุณครูว่างไหมคะ หนูพาเพื่อนมาปรึกษาคุณครูค่ะ	ส่งต่อ
Cl	สวัสดีค่ะคุณครู	
ครูแนะแนว	สวัสดีค่ะ...ว่างจ้า...มาเลย...นั่งก่อนจ๊ะ...	

ตัวอย่างการให้การปรึกษากรณีการกลั่นแกล้ง (Bullying) บนโลกออนไลน์ (กรกฎา นักรัศมี. 2564)

	คำพูด	ขั้นตอน
Co	หวัดตีวีว เป็นไงบ้าง	สร้างสัมพันธภาพ
Cl	หวัดดีจ๊ะ...นั่งมองอะไรไปเรื่อย ๆ นะ (ท่าทางเศร้า ๆ)	
Co	ช่วงนี้ พวกเราไม่ค่อยได้คุยกันเลยนะ	สร้างสัมพันธภาพ
Cl	ก็...ไม่อยากจะเจอใครเท่าไร	
Co	มีอะไรรีเล่า	
Cl	ก็...นิดนึง (ก้มหน้า น้ำเสียงไม่ค่อยดี)	
Co	อืม...มีอะไรก็เล่าให้ฟังได้นะ	
Cl	ก็...มีเรื่องไม่สบายใจนิดหน่อย แต่ไม่มีอะไรหรอก เดียวก็หาย	
Co	เราเป็นห่วงนะ การเล่าเรื่องไม่สบายใจให้เราฟัง บางที มันอาจจะทำให้เรารู้สึกดีขึ้นได้นะ จะได้ช่วยกันคิดได้ด้วยนะ	
Cl	ก็ไม่มีอะไร...เราเพียงแต่คิดว่า...ตัวเรามันไม่มีค่า เท่านั้นแหละ	
Co	ที่ว่าไม่มีค่า มันเป็นอย่างไงเธอ...	สำรวจและทำความเข้าใจปัญหา
Cl	หน้าตาเราไม่เหมือนคนอื่น เราก็ออเข้าใจ แต่ที่ไม่เข้าใจคือ ทำไมเพื่อนถึงทำกับเราแบบนี้	
Co	เธอเข้าใจที่หน้าตาไม่เหมือนคนอื่น...มีใครทำอะไร พอบอกเราได้ไหม	
Cl	ก็...เมื่อ (เงิบ)	
Co	(เงิบ)	
Cl	อืม...ประมาณ 2 สัปดาห์ มาแล้ว เอ มาเอารูปเราไปลง Facebook ของกลุ่มเพื่อนแบบเบลอหน้า แล้วตั้งกระซู่ว่า เธอ...เกิดมาทำไม	
Co	อืม...เธอรู้ได้อย่างไรว่า เก๋ ทำแบบนั้นละ	
Cl	ที่แรกก็ไม่รู้หรอก ก็ถามมาบอก เราก้เข้าไปดู ถึงแม้มดูผ่าน ๆ จะไม่ชัดเจนนะ แต่มันก็เป็นเรานะ (สีหน้ากังวล)	
Co	ใจเย็น ๆ นะ หายใจลึก ๆ เราเข้าใจ	
Cl	เค้าไม่ชอบเรามาตั้งนานแล้ว หาเรื่องเรามาตลอด แต่เราก้ทนนะ เพราะก็เป็นเพื่อนกันมานาน แต่ครั้งนี้มันเกินไปจริง ๆ	
Co	แล้วเธอก็คิดถึงกับสิ่งที่เขาทำ	
Cl	เราก้...เสียใจมาก ยิงดีที่ไม่มีใครเข้ามาให้ความเห็นกันมากเท่าไร แต่เราก้เสียความรู้สึกมาก	
Co	เพื่อนไม่ค่อยเข้ามาให้ความเห็น คงเป็นเพราะเพื่อนก็ไม่เห็นด้วย เธอสบายใจได้ แล้วเธอก็คิดว่าจะทำยังงัยต่อไป	
Cl	เราก้คิดอยู่นะ...จะปล่อยไปดี หรือจะยังงัย	
Co	ถ้าปล่อยไปเลย มันจะมีข้อดีอะไรบ้าง	หาแนวทางแก้ไขปัญหา
Cl	อืม...ก็ไม่ต้องมีเรื่องกัน มันคงหายไปเหมือนกระชู้อื่น แต่เราก้ไม่อยากให้เขาทำแบบนี้อีก	

	คำพูด	ขั้นตอน
Co	อันนี้ก็เป็นข้อเสียนะ เราว่า	
Cl	หรือเธอคิดว่า มันมีทางเลือกอื่นอีก	
Co	เราขอให้ข้อมูลนะ จริง ๆ เธอสามารถรายงานความผิดปกติในสื่อออนไลน์ได้นะ ถือว่าเป็นการใช้ที่ไม่ถูกต้องในการนำเข้าสู่ข้อมูลส่วนบุคคลที่ก่อให้เกิดความเสียหาย เธอคิดยังงัยกับวิธีนี้	
Cl	อืม...เราว่ามันก็สนใจดีนะ แต่เราจะเสียเพื่อนด้วยเรื่องแค่นี้ มันคงไม่คุ้ม	
Co	มันคงไม่คุ้ม จ้ะ...ยังงัยดีล่ะ	
Cl	เราคิดว่าปล่อยไปสักระยะ ให้กันช่วยเตือนให้กันจะดี เพราะกันก็อยากช่วยอยู่	
Co	แล้วการให้กันช่วยจะมีข้อดี ข้อเสียยังงัยบ้างล่ะ	
Cl	พอดี เราว่าแก่เขาเกรงใจกันอยู่ กันเป็นหัวหน้าพวกเรา คงพอช่วยได้ แต่ข้อเสีย ไม่รู้ว่ากันจะอดอดใจไหม แต่เราจะลองคุยกับกันดูก่อน เธอว่างัย...	
Co	เท่าที่ฟังมา เราว่าเป็นทางออกที่ยอดเยี่ยมเลยนะ ลองดู ๆ	
Cl	หวังว่าอะไร ๆ มันจะดีขึ้น	
Co	เรามาวางแผนกันดีกว่า เธอจะหากันแล้วบอกให้เขาช่วยตอนไหนล่ะ	วางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติ
Cl	ก็...ไม่รู้จะทำได้ปะ	
Co	ก็น่าจะลองดูนะ หรือไม่ก็ลองคุยกันดูก่อน	
Cl	อือ...จะลองดู	
Co	ดีแล้วล่ะ แล้วตัวจะเริ่มทำเมื่อไหร่ดีล่ะ	
Cl	เย็นพรุ่งนี้เลยดีกว่า ว่างตรงกันพอดี	
Co	อืม...ดีแล้ว เออ...จะลองนึกคำพูดที่จะไปคุยกับกันดูไหม แล้วซ้อมพูดก่อน	
Cl	เหอ...ก็ดีนะ...แต่เราว่าไม่ต้องหรอก เราน่าจะจัดการได้ ขอบใจเธอมากนะที่ช่วยคิด แล้วเจอกันนะ	
Co	ได้เลย ๆ อีก 5 นาที เราต้องไปเรียนแล้วนะ ไหนลองบอกมาหน่อยว่าเธอจะทำอะไรบ้าง	
Cl	เราจะไปคุยกับกันให้ช่วยเตือนเอ้ เอาเป็นพรุ่งนี้	
Co	เธอจะไปคุยกับกัน ให้เตือนเอ้ เรื่องการใช้ Facebook ที่ไม่เหมาะสม แล้วได้ผลอย่างไร มาบอกเราบ้างนะ	
Cl	จ้า แล้วเราจะมาเล่าให้ฟังนะ บาย	ยุติการให้การปรึกษา

จากที่กล่าวสรุปได้ว่า หัวใจสำคัญของการปฏิบัติหน้าที่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) คือการให้การปรึกษา เพราะเป็นกระบวนการที่ช่วยให้ผู้เรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับตนเองโดยปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลโดยอาศัยการสื่อสารแบบสองทาง คนหนึ่งเป็นผู้ให้การปรึกษาซึ่งพร้อมที่จะเอื้อให้ผู้รับการปรึกษาได้สำรวจและทำความเข้าใจกับปัญหา ตลอดจนสามารถแสวงหาวิธีการแก้ไขปัญหาและตัดสินใจเลือกได้ด้วยตนเอง ซึ่งกระบวนการดังกล่าวสามารถช่วยให้ผู้เรียนแก้ปัญหาได้ การให้การปรึกษาเป็นศาสตร์ที่เกี่ยวข้องกับความคิดความรู้สึกของผู้เรียน จึงมีความละเอียดอ่อนที่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และครูแนะแนวต้องตระหนัก และให้ความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง ทั้งต้องพัฒนาตนสู่การเป็นผู้ให้การปรึกษา อันได้แก่ ความรู้เกี่ยวกับหลักการ ขั้นตอน ทักษะและทฤษฎีการให้การปรึกษา รวมถึงบุคลิกภาพของผู้ให้การปรึกษาด้วย

หน่วยที่ 4

การศึกษานักเรียนรายกรณี

4.1 ความหมายของการศึกษานักเรียนรายกรณี

การศึกษานักเรียนรายกรณี หมายถึง กระบวนการศึกษาบุคคลอย่างละเอียด ต่อเนื่อง โดยใช้เทคนิคหลาย ๆ อย่างในการเก็บรวบรวมข้อมูล และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ สังเคราะห์ และวินิจฉัยปัญหา เพื่อทำความเข้าใจถึงสาเหตุหรือที่มาของสิ่งที่ปรึกษา อันจะนำไปสู่การดำเนินการหรือการให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการให้ความช่วยเหลือ แก้ไข ป้องกัน หรือส่งเสริมพัฒนาการของบุคคลต่อไป

4.2 ความสำคัญของการศึกษานักเรียนรายกรณี

การศึกษานักเรียนรายกรณี เป็นกระบวนการศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับบุคคล อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง ในการเข้าใจพฤติกรรมของบุคคล และหาแนวทางเพื่อช่วยแก้ไข ป้องกัน และพัฒนาผู้เรียน โดยเฉพาะในช่วงวัยเด็กและวัยรุ่น ทำให้เข้าใจช่วงวัยเริ่มต้นของพัฒนาการ ทั้งทางชีวภาพ กายภาพ และสังคม ซึ่งมีความแตกต่างจากวัยผู้ใหญ่ ช่วยให้เข้าใจธรรมชาติของเด็กแต่ละวัยและเด็กแต่ละคน ที่มีความแตกต่างกัน (ศิริภิญญา ตระกูลรัมย์ และชัตติยา ยืนยง. 2563) สอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มเกสตัลท์ (Gestalt's Theory) ซึ่งการเรียนรู้จากการรับรู้และการหยั่งเห็น เมื่อผู้เรียนมองเห็นความสัมพันธ์ของสถานการณ์ที่เป็นปัญหา แล้วนำความสัมพันธ์นั้นมาใช้ในการแก้ปัญหาได้ ทั้งนี้ในการแก้ปัญหาในแต่ละคน จะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับสติปัญญา ความสามารถ วุฒิภาวะ และประสบการณ์ที่เคยพบมาในอดีต ด้วยการนำแนวคิดของทฤษฎีนี้ไปใช้ในการแก้ปัญหา ควรทำความเข้าใจโดยมองปัญหาทุกแง่มุม ไม่มองปัญหาโดยมีอคติ และควรใช้ความคิดอย่างมีเหตุผลในการแก้ปัญหา นำไปใช้ในการทำความเข้าใจบุคคลว่า ควรมองเขาในภาพรวม (The Whole Person) คือ การศึกษาคุณลักษณะต่าง ๆ ของบุคคล กับความมีเหตุผล ไม่ตัดสินความดีความชั่ว ของบุคคล โดยมองด้านใดด้านหนึ่งของเขาเท่านั้น รวมไปถึงการใช้เทคนิควิธีการต่าง ๆ หรือเครื่องมืออย่างหลากหลาย ในการศึกษานักเรียนรายกรณี เพื่อให้ได้รายละเอียดของข้อมูล แล้วนำข้อมูลเหล่านั้นมาวิเคราะห์เพื่อทำความเข้าใจสภาพผู้ถูกศึกษาและหาสาเหตุทำให้รู้จักและเข้าใจในด้านต่าง ๆ ของบุคคลได้อย่างแท้จริง เพื่อเป็นแนวทางการให้ความช่วยเหลือได้อย่างเหมาะสม

4.3 ประโยชน์ของการศึกษานักเรียนรายกรณี

การศึกษานักเรียนรายกรณี นำมาใช้ในการเก็บข้อมูลนักเรียนเป็นรายบุคคลจัดเป็นกลวิธี ที่มีประโยชน์ต่อผู้ที่นำมาใช้และบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาผู้เรียนเป็นอย่างมาก ซึ่งจำแนกออกได้ ดังนี้

4.3.1 ประโยชน์ต่อครูหรือผู้แนะแนวที่เป็นผู้ศึกษาโดยตรง

1) ช่วยให้ครูผู้สอน ครูแนะแนวหรือครูประจำชั้นทราบรายละเอียด เกี่ยวกับตัวนักเรียนอย่างละเอียดทุกด้าน ทำให้รู้จักและเข้าใจธรรมชาติของเด็กอย่างแท้จริง

2) ช่วยให้ครูผู้สอน ครูแนะแนวหรือครูประจำชั้นเข้าใจถึงสาเหตุและเงื่อนไขต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมที่เป็นปัญหา ทำให้มองเห็นช่องทางที่จะช่วยเหลือแก้ไขปัญหให้กับนักเรียนได้อย่างเหมาะสม

3) ช่วยให้ครูผู้สอน ครูแนะแนวหรือครูประจำชั้นมีความรู้และมีทักษะในการใช้เครื่องมือและกลวิธีต่าง ๆ ในการเก็บข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียน และยังช่วยให้เป็นคนที่มีเหตุผล รู้จักเก็บข้อมูลอย่างมีระบบ รู้จักแก้ปัญหาโดยใช้ข้อมูลที่ได้รวบรวมไว้มาประกอบในการพิจารณาตัดสินใจ

4.3.2 ประโยชน์ต่อนักเรียนที่เป็นผู้ได้รับการศึกษา

- 1) ช่วยให้นักเรียนได้เกิดความเข้าใจตนเอง ยอมรับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวเอง มีการปรับปรุงตนเอง หรือแก้ไขปัญหาของตน เพื่อช่วยให้มีสภาพชีวิตที่ดีขึ้น
- 2) ช่วยให้นักเรียนมีกำลังใจที่จะดำเนินชีวิตต่อไปอย่างมีความหวัง

4.3.3 ประโยชน์ต่อครูและโรงเรียน

- 1) ช่วยให้ครูรู้จักและเข้าใจนักเรียนของตนดีขึ้นและยินดีให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือแก้ไขปัญหานักเรียน
- 2) ช่วยให้โรงเรียนได้ข้อมูลที่เป็นจริง เกี่ยวกับปัญหาและความต้องการของเด็ก ทำให้สามารถนำข้อเท็จจริงเหล่านั้นมาใช้ในการปรับปรุงการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมและการให้บริการด้านต่าง ๆ แก่นักเรียนได้อย่างเหมาะสม

4.3.4 ประโยชน์ต่อผู้ปกครองของนักเรียนที่ได้รับการศึกษารายกรณี

- 1) ช่วยให้ผู้ปกครองเข้าใจเด็กดีขึ้น ทำให้สามารถปฏิบัติต่อบุตรได้อย่างเหมาะสม
- 2) ช่วยให้ผู้ปกครองเกิดความสบายใจ เพราะตระหนักว่า โรงเรียนมีความตั้งใจและจริงจังในการป้องกัน ช่วยเหลือ แก้ไขและส่งเสริมพัฒนานักเรียน

4.4 วัตถุประสงค์ของการศึกษานักเรียนรายกรณี

4.4.1 เพื่อสืบค้นหาสาเหตุที่ทำให้ผู้เรียนมีพฤติกรรมที่ผิดปกติ ซึ่งทางโรงเรียนจะได้ให้ความช่วยเหลือและแก้ไขได้อย่างถูกต้อง

4.4.2 เพื่อสืบค้นรูปแบบของพัฒนาการของนักเรียน ทั้งในด้านร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคม และจิตใจ ซึ่งทางโรงเรียนจะได้ให้การส่งเสริม พัฒนาได้อย่างเหมาะสม

4.4.3 เพื่อช่วยให้นักเรียนได้เกิดความเข้าใจในตนเอง ยอมรับความเป็นจริงเกี่ยวกับตน สามารถพัฒนาตนเองได้ สามารถวางแผนชีวิตและเลือกแนวทางการศึกษาต่อและเลือกอาชีพที่เหมาะสมกับตนได้ จนทำให้มีการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพ

4.4.4 เพื่อช่วยให้ผู้ปกครองเข้าใจในตัวเด็กของตนได้ดีขึ้นและให้ความร่วมมือกับทางโรงเรียนในการแก้ไขปัญหายุทธศาสตร์ของตน

4.4.5 เพื่อช่วยให้ครูเข้าใจนักเรียนได้อย่างละเอียด ลึกซึ้ง และถูกต้อง และนำผลของการศึกษารายกรณีไปปรับปรุงการเรียนการสอน การจัดกิจกรรม และการให้บริการต่าง ๆ แก่นักเรียน ได้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับความต้องการและความพร้อมของนักเรียน

4.5 การคัดเลือกนักเรียนเพื่อการศึกษารายกรณี

ในการศึกษานักเรียนรายกรณีนั้น ครูสามารถเลือกนักเรียนได้หลายประเภท ไม่จำเป็นจะต้องเลือกเฉพาะนักเรียนที่มีปัญหาเท่านั้น ขึ้นอยู่กับจุดมุ่งหมายในการศึกษาของครูว่า ต้องการทราบเรื่องอะไร ครูควรเลือกนักเรียนเพื่อทำการศึกษารายกรณี (ลักขณา สรวิวัฒน์. 2548) ได้ศึกษาการเลือกบุคคล เพื่อศึกษารายกรณีว่า ควรพิจารณาบุคคลที่มีลักษณะ ดังนี้

- 1) นักเรียนที่ประสบผลสำเร็จในด้านการเรียนดีเยี่ยม
- 2) นักเรียนที่มีความสามารถพิเศษบางอย่าง เช่น ศิลปะ ดนตรี กีฬา ฯลฯ

- 3) นักเรียนที่มีปัญหาด้านพฤติกรรม หรือสับสนในด้านอารมณ์
- 4) นักเรียนที่มีความทะเยอทะยานมีกำลังใจเข้มแข็งที่จะเอาชนะอุปสรรค
- 5) นักเรียนที่เรียนอ่อนไม่สามารถที่จะทำงานในระดับที่เรียนอยู่ได้
- 6) นักเรียนที่มีพฤติกรรมดีเด่นสมควรเอาเป็นตัวอย่าง

นอกจากนี้ นิรันดร์ จุลทรัพย์ (2539) ได้กล่าวว่า การคัดเลือกนักเรียนเพื่อศึกษารายกรณี ควรพิจารณา ดังนี้

- 1) นักเรียนที่กำลังประสบปัญหาและต้องการความช่วยเหลือพิเศษหรืออย่างรีบด่วน เช่น
 - (1) ปัญหาด้านการเรียน เช่น ขาดเรียนบ่อย มาโรงเรียนสายเป็นประจำ ผลการเรียนลดลง เรียนไม่ผ่าน หลายวิชา เป็นต้น
 - (2) ปัญหาทางด้านอารมณ์ เช่น ใจร้อนวู่วาม อิจฉาริษยา วิตกกังวล อ่อนไหวง่ายมาก เป็นต้น
 - (3) ปัญหาทางด้านความประพฤติ บุคลิกภาพ และด้านสังคม เช่น พุดบด พุดจาหยาบคาย ลักขโมย ติดยาเสพติด ไม่กล้าแสดงออก ขาดความมั่นใจในตนเอง ประหม่า กลัว เก็บตัว ปรับตัวไม่ได้ ขาดทักษะทางสังคม เป็นต้น
 - 2) นักเรียนที่มีความสามารถเฉพาะตัวสูง หรือมีความสามารถพิเศษอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น
 - (1) ฉลาดเกินวัย
 - (2) เรียนหนังสือเก่งมาก
 - (3) เล่นดนตรีหรือแต่งเนื้อเพลงเก่ง
 - (4) มีความสามารถทางด้าน ศิลปะสูง
 - (5) มีความเพียรพยายามสูง
 - (6) เล่นกีฬาเก่งมาก
 - (7) มีวาทศิลปะทางการพูดดี
 - (8) มีความกตัญญู กตเวทียอย่างสูง
 - (9) มีความสามารถทางการเขียนบทประพันธ์ได้อย่างยอดเยี่ยม ฯลฯ
- โดยสรุปการคัดเลือกนักเรียนเพื่อศึกษารายกรณี ครูควรพิจารณาจากนักเรียนที่มีลักษณะดังนี้
- นักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือเป็นพิเศษหรือเร่งด่วน
 - นักเรียนที่มีความสามารถพิเศษ
 - นักเรียนที่มีพฤติกรรมเด่นควรแก่การเป็นแบบอย่าง

4.6 ขั้นตอนการศึกษานักเรียนรายกรณี

การศึกษานักเรียนรายกรณี เป็นการดำเนินการเพื่อหาข้อมูลนักเรียนรอบด้าน ให้ความช่วยเหลือนักเรียน ที่ถูกต้องและชัดเจน สามารถดำเนินการได้ 7 ขั้นตอนดังนี้ (ลักขณา สรวิวัฒน์. 2548)

4.6.1 กำหนดปัญหาและตั้งสมมุติฐานเพื่อเป็นกรอบและแนวทางการช่วยเหลือนักเรียน

4.6.2 การเก็บรวบรวมข้อมูล ข้อเท็จจริงต่าง ๆ ของนักเรียนที่เราจะทำการศึกษา รวบรวมข้อมูลที่จำเป็นและมีประโยชน์ต่อการศึกษาให้ได้มากที่สุด จากหลายแหล่งที่เชื่อถือได้ โดยใช้เทคนิค และวิธีการต่าง ๆ เช่น ระเบียบวิธีสนทน การสังเกต การสัมภาษณ์ แบบสอบถาม แบบทดสอบทางจิตวิทยา

อัตชีวประวัติ บันทึกประจำวัน สังคมมิติ การเยี่ยมบ้าน รวบรวมข้อมูลและด้วยวิธีการที่หลากหลาย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีประโยชน์สูงสุด เช่น การใช้แบบทดสอบทางจิตวิทยา การสังเกต การเยี่ยมบ้าน อัตชีวประวัติ การบันทึกประจำวัน สังคมมิติแบบสอบถาม ระเบียบสะสม เป็นต้น

4.6.3 การวิเคราะห์และวินิจฉัยข้อมูล

1) การวิเคราะห์ข้อมูล เป็นการนำข้อมูลที่ได้รวบรวมมาด้วยวิธีการต่าง ๆ แล้วนำมาดำเนินการวิเคราะห์แยกแยะให้เห็นรายละเอียดข้อมูล เพื่อหาข้อเท็จจริง จัดแยกเป็นรายด้านเพื่อสะดวกและง่ายต่อการทำความเข้าใจหรือตีความข้อมูลเกี่ยวกับรายกรณีศึกษา

2) การวินิจฉัยข้อมูล ปัญหาที่ได้จากการรวบรวมข้อมูล เป็นการนำผลที่ได้จากการวิเคราะห์มาพิจารณาหาสาเหตุของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาและตั้งสมมุติฐาน เพื่อนำไปสู่การแก้ปัญหา อย่างมีทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม ขั้นตอนนี้นับว่าเป็นขั้นตอนที่สำคัญ การตั้งสมมุติฐานอาจตั้งไว้หลายประการก็ได้ แต่จะต้องมีหลักฐานอ้างอิงแหล่งที่มาที่น่าเชื่อถือได้

3) การสังเคราะห์ข้อมูลเพิ่มเติม เป็นการศึกษาข้อเท็จจริงเพิ่มเติมด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การสังเกตพฤติกรรมเพิ่มมากขึ้น การสัมภาษณ์บุคคลที่เกี่ยวข้องเพิ่มเติม เพื่อช่วยให้เข้าใจและมองปัญหา หาสาเหตุของปัญหาได้อย่างชัดเจน

4) การช่วยเหลือ การป้องกัน และการส่งเสริมด้วยกระบวนการที่เหมาะสมกับสภาพปัญหา ด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การให้คำปรึกษาเชิงจิตวิทยา การประชุมรายกรณี และการส่งต่อผู้เชี่ยวชาญดำเนินการช่วยเหลือต่อไปในกรณีที่ปัญหารุนแรงเกินความสามารถที่ผู้ศึกษาหรือครูแนะแนวจะช่วยเหลือได้

5) การติดตามผล เมื่อผู้ศึกษาได้ให้ความช่วยเหลือหรือแก้ปัญหาของรายกรณีไปแล้ว ลำดับต่อไป เป็นการติดตามผลที่เกิดขึ้นกับนักเรียน หลังจากที่ได้รับความช่วยเหลือ ส่งเสริม และพัฒนาไปแล้ว มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมอย่างไร การศึกษาประสบความสำเร็จเพียงใด และมีสิ่งใดบ้างที่ควรปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติม ช่วยเหลือต่อไป

6) การสรุปผลการศึกษาและให้ข้อเสนอแนะถึงสิ่งที่ควรดำเนินการต่อไป ดังนี้

(1) ข้อเสนอแนะสำหรับผู้รับการศึกษารายกรณีว่าควรปรับปรุงด้านใด อย่างไร

(2) ข้อเสนอแนะสำหรับผู้เกี่ยวข้องกับผู้รับการศึกษารายกรณีว่าควรดำเนินการช่วยเหลือเพิ่มขึ้นเรื่องใด

(3) ข้อเสนอแนะสำหรับผู้ที่จะดำเนินการศึกษารายกรณีต่อไป ควรศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องใด ใช้เทคนิคอะไร เป็นต้น

7) การยุติการศึกษานักเรียนรายกรณีเนื่องจาก

(1) หมดเวลาในการทำการศึกษานักเรียนรายกรณี

(2) ช่วยเหลือได้สำเร็จ/แก้ปัญหาได้สำเร็จ

(3) ส่งต่อกรณีมีความจำเป็นต้องการความช่วยเหลือจากหน่วยงานอื่น

4.7 เทคนิค/วิธีการ ในการศึกษาเด็กนักเรียนรายกรณี

การศึกษานักเรียนรายกรณี เป็นการมุ่งศึกษาตัวเด็กเฉพาะเจาะจงอย่างแท้จริง เพื่อช่วยให้เข้าใจและช่วยแก้ปัญหาบางประการ นอกจากนั้นยังค้นหาวิธีการป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นกับตัวเด็กตลอดจนการส่งเสริมพัฒนาการส่วนบุคคล จึงมีความจำเป็นที่ต้องใช้ข้อมูลรอบด้านของเด็ก การที่จะเข้าใจนักเรียนได้อย่างถูกต้อง

ครูจำเป็นต้องรวบรวมข้อมูลหรือรายละเอียดที่เกี่ยวข้องกับตัวนักเรียนด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น การสังเกต สัมภาษณ์ มาตรฐานประมาณค่า การเยี่ยมบ้าน อัตชีวประวัติ ระเบียบสะสม สังคมมิติ แบบสอบถาม และแบบทดสอบ ข้อมูลเหล่านี้จะช่วยให้ครูรู้จักนักเรียนรอบด้าน และจะดำเนินการให้ความช่วยเหลือในลักษณะใด ซึ่งข้อมูลที่เก็บรวบรวมไว้นั้นควรนำไปใช้ประโยชน์ ให้ได้มากที่สุด ในการช่วยเหลือนักเรียนได้อย่างเหมาะสม และสอดคล้องกับปัญหาความต้องการของนักเรียน อีกทั้งช่วยให้นักเรียนได้สำรวจตนเอง เพื่อจะได้รู้จัก เข้าใจตนเองได้ดียิ่งขึ้น (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2559) โดยใช้เทคนิคและวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนี้

4.7.1 การสังเกต

การสังเกต เป็นวิธีการเก็บข้อมูลนักเรียนทั้งต่อหน้าและแอบดูพฤติกรรม หรือลักษณะต่าง ๆ ของนักเรียนอย่างมีระบบ มีรายละเอียดเพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นพฤติกรรมที่แท้จริงของนักเรียน (เจษฎา บุญมาโฮม. 2558) เป็นการศึกษาพฤติกรรมของนักเรียน โดยใช้แบบสังเกตพฤติกรรม เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการวินิจฉัยปัญหาของนักเรียน ซึ่งต้องมียุทธวิธีประสงค์ในการสังเกต การสังเกตแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

- 1) การสังเกตอย่างไม่เป็นทางการ คือ การสังเกตตามเวลาหรือโอกาสอำนวย
- 2) การสังเกตอย่างเป็นทางการ คือ การสังเกตที่มีการวางแผนล่วงหน้าว่าจะสังเกตเกี่ยวกับ

เรื่องอะไร และสังเกตเวลาใด

จุดเด่นของการสังเกต

จุดเด่นของการสังเกต คือ การสังเกตเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่สะดวกเก็บข้อมูลได้ตรงตามที่ระบุไว้ มีค่าใช้จ่ายน้อย ได้ข้อมูลตรงตามที่ต้องการวัด

4.7.2 การสัมภาษณ์

การสัมภาษณ์เป็นเทคนิคและวิธีการสนทนาหรือการพูดคุยกันระหว่างบุคคลสองคน อย่างมีจุดมุ่งหมายในการสนทนา เพื่อสำรวจความจริง เพื่อการหาข้อมูล เพื่อการให้การปรึกษา ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์จะต้องนำไปใช้เป็นประโยชน์ในการศึกษาเด็กและช่วยเหลือเด็ก ไม่ใช่เพื่อความอยากรู้อยากเห็น และไม่ใช้การซักถามอย่างทนาย (จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. 2551)

จุดเด่นของการสัมภาษณ์

การสัมภาษณ์เป็นเทคนิคอีกวิธีหนึ่ง ที่ครูหรือผู้แนะนำนิยมนำมาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลนักเรียนเป็นรายบุคคล การเก็บข้อมูลบางประเภท เหมาะที่จะใช้การสัมภาษณ์ เช่น ความวิตกกังวล ความคาดหวัง เป็นต้น นอกจากนั้น นักเรียนบางคนยินดีให้ข้อมูล โดยวิธีการตอบปากเปล่ามากกว่า จะตอบด้วยการเขียน นอกจากนี้ผู้สัมภาษณ์ยังสามารถสังเกตจากสีหน้าท่าทางของนักเรียนว่า คำตอบ ที่ได้นั้นมาจากใจจริงหรือไม่ สามารถเชื่อถือได้เพียงใด ซึ่งสิ่งนี้จะหาไม่ได้จากเครื่องมือชนิดอื่นๆ (จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. 2551)

4.7.3 มาตรฐานประมาณค่า

มาตรฐานประมาณค่า เป็นรูปแบบหนึ่งของการบันทึกข้อสังเกต ในการบันทึกระเบียบพฤติกรรม ผู้สังเกตบันทึกเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริงจากการสังเกต เพื่อแสดงให้เห็นถึงพฤติกรรมบางอย่างของบุคคลแต่ละคน ซึ่งผู้สังเกตได้พิจารณาว่าเป็นเรื่องสำคัญ (จิตตินันท์ บุญสถิรกุล. 2551)

จุดเด่นของมาตราส่วนประมาณค่า

จุดเด่นของมาตราส่วนประมาณค่า คือ บุคลิกลักษณะของนักเรียนมีคุณภาพเป็นอย่างไร สูงหรือต่ำ ดีหรือไม่ดี แล้วบันทึกลงในมาตราส่วนประมาณค่า ดังนั้น มาตราส่วนประมาณค่าจึงเป็นเครื่องมือวัดคุณภาพของบุคคลโดยทางอ้อม

4.7.4 การเยี่ยมบ้าน

การเยี่ยมบ้าน เป็นวิธีการที่ครูหรือผู้แนะแนวไปพบปะกับบิดามารดา หรือผู้ปกครองของนักเรียนที่บ้าน เพื่อสร้างความคุ้นเคยและมีสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน ทั้งยังช่วยให้ครูและผู้แนะแนวได้เห็นสภาพความเป็นอยู่ของนักเรียน ตลอดจนเจตคติของผู้ปกครองที่มีต่อครู โรงเรียน และนักเรียนอีกด้วย อันจะเป็นการสร้างความเข้าใจและยังเป็นการร่วมมือกันสำหรับทุกฝ่ายที่ทำให้สามารถช่วยเหลือเด็กนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ (ลักขณา สรวิวัฒน์. 2548)

จุดเด่นของการเยี่ยมบ้าน

การเยี่ยมบ้านเป็นลักษณะหนึ่งของการติดต่อระหว่างบ้านกับโรงเรียน โดยการที่ครูเป็นฝ่ายไปเยี่ยมนักเรียนและผู้ปกครองถึงที่บ้าน ทำให้ทั้งครูและผู้ปกครองได้เรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ เกี่ยวกับตัวเด็กเพิ่มขึ้นเป็นอย่างมาก ครูจะได้ทราบเรื่องราวต่าง ๆ ของเด็กในขณะที่เด็กอยู่บ้านไม่ต้องฟังคำบอกเล่าของผู้อื่นอีกทอดหนึ่งและผู้ปกครองก็จะได้ทราบเรื่องของเด็กในขณะที่เด็กอยู่ที่โรงเรียน

4.7.5 การเขียนอัตชีวประวัติ

อัตชีวประวัติ หมายถึง ประวัติหรือเรื่องราวของตนเอง การให้นักเรียนเขียนอัตชีวประวัติ ก็หมายความว่าให้นักเรียนเขียนประวัติส่วนตัวของเขานั่นเอง วิธีนี้ใช้ได้กับนักเรียนทุกระดับการศึกษา ถ้านักเรียนสามารถเขียนเล่าเรื่องและสอดแทรกความรู้สึกนึกคิดเป็นลายลักษณ์อักษรได้ และเป็นกลวิธีอันหนึ่งที่ใช้รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับตัวนักเรียน

จุดเด่นของการเขียนอัตชีวประวัติ

อัตชีวประวัติ แตกต่างจากการเขียนเรียงความ เพราะนักเรียนต้องคิดวิเคราะห์ถึงเหตุการณ์ในอดีต ปัจจุบัน และแผนการในอนาคตของตนเอง โดยให้เวลานักเรียนเขียนอย่างน้อย 1 สัปดาห์หรือมากกว่านั้น เพื่อให้นักเรียนมีเวลาที่จะพิจารณาความคิด ความรู้สึกของตนเอง หรือทบทวนการวางแผนในชีวิตของตนเอง การให้นักเรียนเขียนประวัติความเป็นมาและเรื่องราวเกี่ยวกับตนเอง เป็นอีกเทคนิคชนิดหนึ่งที่ครูนำมาใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลนักเรียนเป็นรายบุคคล ซึ่งไม่เพียงแต่ช่วยให้ครูและผู้แนะแนวทราบพฤติกรรมของนักเรียนเท่านั้น แต่ยังช่วยให้ทราบถึงความรู้สึกนึกคิด เจตคติ ความรู้ ประสบการณ์ และความปรารถนา

4.7.6 ระเบียบสะสม

ระเบียบสะสม เป็นเอกสารอย่างหนึ่งที่ใช้สำหรับรวบรวมประวัติส่วนตัว และรายละเอียดเกี่ยวกับตัวเด็กในด้านต่าง ๆ ไว้อย่างมีระเบียบ ระเบียบสะสมจะเป็นแหล่งข้อมูลสำคัญที่จะช่วยให้ครูได้รู้จักและเข้าใจเด็กได้ดีขึ้น โดยจะบันทึกประวัติและข้อมูลของนักเรียนในด้านต่าง ๆ ติดต่อกันไว้หลายปี ตั้งแต่เข้าโรงเรียนจนกระทั่งออกจากโรงเรียนไป

จุดเด่นของระเบียบสละสม

จุดเด่นของระเบียบสละสม คือ เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลนักเรียนในภาพรวม และเป็นรายบุคคลในด้านต่าง ๆ เพื่อประกอบการวิเคราะห์ปัญหาและการช่วยเหลือนักเรียนเป็นรายบุคคล

4.7.7 การทำสังคัมมิตี

สังคัมมิตีเป็นการศึกษาเชิงคณิตศาสตร์เกี่ยวกับลักษณะทางจิตใจของคน การทดสอบเกี่ยวกับผลที่ได้จากการใช้วิธีเชิงเลข จำนวนและเชิงคุณภาพสังคัมมิตี นอกจากนี้ยังเป็นวิธีการที่แสดงถึงความสัมพันธ์และพัฒนาการทางสังคัมของบุคคลซึ่งอยู่ร่วมกันเป็นคณะ โดยพิจารณาจำนวนครั้งที่บุคคลหนึ่งได้รับเลือกจากบุคคลอื่น ๆ ในหมู่คณะเดียวกัน จำนวนครั้งที่บุคคลในหมู่คณะนั้นแสดงเจตนาที่จะไม่เลือกเขา และพิจารณาความสัมพันธ์ของผู้เลือกกว่าใครเลือกใคร และไม่เลือกใครมากนักน้อยเพียงใด (ลักษณ์ สรวิวัฒน์. 2551)

จุดเด่นของสังคัมมิตี

สังคัมมิตี เป็นแผนภูมิที่แสดงความสัมพันธ์ทางสังคัมของนักเรียนในชั้นเรียน ใช้ศึกษาบรรยากาศของนักเรียนในชั้นเรียน โดยสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนควบคู่ไปด้วย สังคัมมิตีเป็นวิธีการที่เข้าใจง่าย ไม่สิ้นเปลืองเงินทองการทดสอบสังคัมมิตีจะมีประโยชน์ต่อการศึกษาสังคัมสัมพันธ์เป็นอย่างดี ถ้าได้ใช้วิธีการศึกษาลักษณะทางสังคัมอย่างอื่นประกอบด้วย เพราะการใช้วิธีการสังเกตหรือสัมภาษณ์อาจจะใช้เวลามาก มีแบบสอบถามที่ชื่อว่า “ใครเอ่ย (Guess Who)” ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ใช้ได้ง่าย สะดวก

4.7.8 การเติมประโยคให้สมบูรณ์

การเติมประโยคให้สมบูรณ์ เป็นวิธีการที่ให้ผู้ถูกทดสอบเขียนคำ ข้อความหรือประโยคเติมลงในประโยคที่ไม่สมบูรณ์ ตามความคิดของผู้ถูกทดสอบเมื่ออ่านประโยคที่ไม่สมบูรณ์นั้น เพื่อจะได้ทราบถึงความคิด ความรู้สึก หรือเจตคติต่อสิ่งนั้น ๆ

จุดเด่นของการเติมประโยคให้สมบูรณ์

การเติมประโยคให้สมบูรณ์ เป็นเครื่องมือทางจิตวิทยาชนิดหนึ่ง เป็นวิธีการที่ทำให้ผู้ถูกทดสอบต้องเผชิญกับประโยคที่กำกวม ผู้ถูกทดสอบสามารถตอบได้หลายแง่หลายมุมที่ให้ผู้ถูกทดสอบได้สะท้อนในสิ่งที่อยู่ในใจของผู้ถูกทดสอบออกมาในกระดาษ

4.7.9 การกรอกแบบสอบถาม

แบบสอบถาม เป็นวิธีการใช้ข้อความต่าง ๆ ที่สร้างขึ้นเพื่อประสงค์ให้ผู้ที่ถูกถามกรอกข้อความลงไป อาจเป็นข้อความสั้น ๆ หรือยาวก็ได้ สำหรับแบบสอบถามที่ใช้เพื่อการแนะนำนั้น ข้อความต่าง ๆ ที่นักเรียนกรอกลงในแบบสอบถาม จะช่วยให้ครูและผู้แนะนำรู้จักและเข้าใจนักเรียนดียิ่งขึ้น (พนม ลิ้มอารีย์. 2548)

จุดเด่นของแบบสอบถาม

จุดเด่นของแบบสอบถาม คือ สามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากคนจำนวนมากในเวลา ที่รวดเร็ว เป็นข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน และสามารถวัดในองค์ประกอบที่กำหนดช่วยให้ได้ข้อมูลต่าง ๆ เพิ่มเติมจากข้อมูลเดิมที่รวบรวมเอาไว้ก่อนแล้ว แบบสอบถามเป็นเครื่องมือที่ช่วยให้ครูและผู้แนะนำได้ข้อมูลต่าง ๆ เกี่ยวกับตัวนักเรียนอย่างกว้างขวาง เช่น ข้อมูลเกี่ยวกับปัญหา เจตคติความต้องการ ความรู้สึกและความคิดเห็นของนักเรียนแต่ละคน รวมทั้งข้อมูลเกี่ยวกับเรื่องราวส่วนตัว สภาพครอบครัว ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว

ความสนใจ การใช้เวลาว่าง สุขภาพ นิสัยในการเรียนการทำงาน ตลอดจนโครงการการศึกษาและอาชีพ ในอนาคตของนักเรียน การเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามประกอบด้วย แบบสอบถามความถนัด แบบสอบถามความนึกคิดของบุคคลที่มีต่อตนเอง แบบรวบรวมข้อมูลทั่ว ๆ ไปของนักเรียน เป็นต้น

4.7.10 แบบทดสอบ

แบบทดสอบ หมายถึง ข้อคำถามที่สร้างขึ้นอย่างมีระบบขั้นตอนตามทฤษฎีความเชื่อทางวิชาการซึ่งสามารถอธิบายข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนในด้านต่าง ๆ ด้วยเครื่องมือเฉพาะด้านในการจัดบริการแนะแนวของโรงเรียน จุดประสงค์สำคัญประการหนึ่งก็คือ การพยายามที่จะทำให้นักเรียนได้รู้จักและเข้าใจตนเอง เพราะจะส่งผลกระทบไปถึงการช่วยให้นักเรียนตัดสินใจในการเลือกเรียนต่อเลือกประกอบอาชีพ รู้จักปรับตัวที่จะอยู่ในสังคม และรู้จักดำเนินชีวิตของตนให้ดีและมีคุณภาพยิ่งขึ้น โดยเหตุนี้ครูแนะแนวส่วนมากจึงนิยมใช้ แบบทดสอบประเภทต่าง ๆ มาให้นักเรียนทดสอบ แล้วก็แปลผลไปตามความหมายของแบบทดสอบนั้น ๆ

จุดเด่นของการทดสอบ

จุดเด่นของการทดสอบคือรวบรวมข้อมูล ความสามารถ ความสำเร็จ และคุณลักษณะต่าง ๆ ของผู้ถูกทดสอบ เพื่อนำผลไปใช้เป็นข้อมูลประกอบการตัดสินใจ หรือทำนายเพื่อการเลือกและประกอบ การตัดสินใจ คัดเลือกบุคคลเข้าเรียนในสถาบันการศึกษาหรือทำงาน และข้อมูลที่ได้จากการทดสอบเป็นข้อมูลที่มีคุณภาพเพราะแบบทดสอบนั้นๆ มีคุณภาพ

หลักเกณฑ์ในการพิจารณาคุณภาพของแบบทดสอบ

การพิจารณาแบบทดสอบว่ามีคุณค่าและมีประโยชน์มากน้อยเพียงใดนั้น ควรใช้หลักเกณฑ์ต่อไปนี้ (ลักษณ์ สรวิวัฒน์. 2551)

1) ให้ความถูกต้องแม่นยำและเชื่อถือได้ ข้อมูลที่มีความถูกต้อง แม่นยำ และเชื่อถือได้นั้นคือ ข้อมูลที่สามารถวัดสิ่งที่เราต้องการจะวัดได้ ด้วยความเชื่อมั่นและให้ผลที่คงที่แน่นอน ไม่แปรผัน และไม่เปลี่ยนแปลง

2) ให้ความตรง ข้อมูลที่มีความเที่ยงตรง หมายถึง การที่เครื่องวัดนั้นสามารถวัดสิ่งที่ต้องการจะวัดได้อย่างแท้จริง หรือได้อย่างถูกต้องตรงตามจุดประสงค์ที่ได้วางไว้

3) ให้ลักษณะเป็นปรนัย ข้อมูลที่ได้ต้องเป็นข้อมูลที่ตรงตามความจริง และไม่ควรมีความคิดเห็นหรือความรู้สึกส่วนตัวเข้ามาเกี่ยวข้อง

4) ให้ความเหมาะสมในการที่จะนำไปใช้ ควรคำนึงถึงความเหมาะสมในการที่จะนำไปใช้ เช่น ประหยัดค่าใช้จ่าย ประหยัดเวลาและแรงงาน ตลอดจนมีคู่มือชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับการใช้ และการแปลผลอย่างชัดเจน ครูแนะแนวจะต้องช่วยเหลือนักเรียนแต่ละคนให้ได้มีการประเมินตนเองอย่างสม่ำเสมอทุก ๆ ช่วงของชีวิต และปรับปรุงเป้าหมายของชีวิต ครูแนะแนวสามารถทำหน้าที่ป้อนกลับข้อมูล ให้เด็กได้เพราะมีความรู้ทางจิตวิทยาในด้านต่าง ๆ เช่น พัฒนาการตามช่วงวัยจิตวิทยาวัยรุ่น การให้คำปรึกษาและการใช้แบบทดสอบต่าง ๆ เป็นต้น

ประเภทของแบบทดสอบ

1) แบบทดสอบสติปัญญา

แบบทดสอบสติปัญญา เป็นแบบทดสอบที่นักจิตวิทยาสร้างขึ้นเพื่อศึกษาความสามารถในการเรียนรู้ การศึกษาเหตุผล การเข้าใจสิ่งต่าง ๆ ตลอดจนความสามารถในการปรับตัวและการแก้ปัญหาต่าง ๆ แบบทดสอบที่ใช้กับแพร่หลาย ได้แก่ แบบทดสอบวัดความสามารถ ทางสมองโดยทั่วไป (The Standard Progressive Matrices Test) ของ John C. Raven เป็นแบบทดสอบความสามารถของบุคคลในการเข้าใจรูปภาพที่ไม่มีความหมาย

2) แบบทดสอบสัมฤทธิ์ผลมาตรฐาน

แบบทดสอบสัมฤทธิ์ผลมาตรฐาน เป็นแบบทดสอบที่รู้จักกันอย่างแพร่หลายและใช้กันตั้งแต่ระดับชั้นประถมศึกษาถึงระดับอุดมศึกษา โดยมากครูเป็นผู้จัดทำแบบทดสอบขึ้นเอง แบบทดสอบสัมฤทธิ์ผลมาตรฐานประกอบด้วยเนื้อหาที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับเนื้อหาวิชาต่าง ๆ ที่เรียน เช่น วิทยาศาสตร์ คณิตศาสตร์ ภาษาไทย เป็นต้น เพื่อเป็นเครื่องมือวัดผลการเรียนว่า นักเรียนมีความรู้และความพร้อมในเรื่องที่เรียนเพียงใด นอกจากนั้นยังมีแบบทดสอบทักษะพื้นฐานทางวิชาการ (Kasetsart Basic Academic Skill Test: KBAST) แบบทดสอบทักษะพื้นฐานทางวิชาการ KBAST เป็นชุดแบบสอบ (Batteries) ที่สร้างขึ้นเพื่อประเมินทักษะพื้นฐานทางวิชาการของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 6 ที่มีความยากของระดับพื้นฐานของการอ่านออกเขียนได้ และคิดเลขได้ (Literacy) เพื่อใช้กับกลุ่มเป้าหมายนักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือพิเศษ ชุดแบบสอบ KBAST ประกอบด้วยแบบสอบย่อยวัดทักษะ 4 ด้าน คือ

(1) แบบสอบการอ่านคำ (Word Reading) เป็นการวัดความสามารถของบุคคลในการจำตัวอักษรพยัญชนะ และคำ ผู้สอบจะอ่านออกเสียงคำที่กำหนดต่อหน้าผู้ให้การทดสอบ

(2) แบบสอบการสะกดคำ (Word Spelling) เป็นการวัดความสามารถของบุคคลในการเปลี่ยนเสียงคำที่ได้ยินไปสู่การเขียน ผู้สอบจะฟังเสียง แล้วเขียนตัวอักษรตามทั้งพยัญชนะและคำ

(3) แบบสอบความเข้าใจประโยค (Sentence Comprehension) เป็นการวัดความสามารถในการรู้ความหมายคำและเข้าใจความคิดและข้อมูลที่อยู่ในประโยค ด้วยการเติมคำในช่องว่างเพื่อให้ประโยค มีใจความครบสมบูรณ์

(4) แบบสอบการคำนวณทางคณิตศาสตร์ (Math Computation) เป็นการวัดความสามารถของบุคคลในการคำนวณด้านคณิตศาสตร์พื้นฐาน ด้วยการเติมตัวเลขจากการคำนวณในระดับที่ไม่ซับซ้อน และแก้ปัญหาอย่างง่าย ด้วยการเขียนคำตอบ (ดารณี อุทัยรัตนกิจ และคณะ. 2558)

3) แบบทดสอบความถนัด

แบบทดสอบความถนัด คือ แบบทดสอบที่ใช้วัดความสามารถพิเศษหรือความถนัด (Special Abilities or Aptitude) หรือฝึกฝนทักษะบางอย่างได้อย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ยกสถานการณ์ ดังนี้

นายศักดิ์มีความถนัดทางกีฬา หมายความว่า นายศักดิ์มีความสามารถในการฝึกฝนให้เกิดทักษะทางด้านกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้น แบบทดสอบความถนัด จึงเป็นเครื่องมือที่จะช่วยประเมินศักยภาพที่จะเรียนรู้หรือฝึกฝนทักษะเฉพาะของบุคคล เพื่อเป็นเครื่องทำนายแนวโน้มที่บุคคลจะประสบความสำเร็จในการเรียนหรือการทำงานในอาชีพเฉพาะทางและเป็นเครื่องช่วยในการพิจารณาในการวางแผนการศึกษาต่อและการประกอบอาชีพ โดยพิจารณาร่วมกับข้อมูลอื่น ๆ

4) แบบสำรวจความสนใจ

แบบสำรวจความสนใจ คือ แบบสำรวจที่วัดความรู้สึกจดจ่ออยากรู้ อยากเห็น อยากกระทำในสิ่งที่ตนเองสนใจ เพราะความสนใจเป็นองค์ประกอบที่สำคัญที่ทำให้เกิดความต้องการที่จะเรียน หรือทำงานอย่างเอาใจจริงเอาใจ ค่ะแนจากแบบสำรวจความสนใจจึงเป็นข้อมูลที่มีคุณภาพในการพิจารณา ประกอบการตัดสินใจในการศึกษาต่อหรือเลือกอาชีพ (กรกฏา นักคัม. 2558)

5) แบบคัดกรอง

แบบคัดกรองเป็นเครื่องมือในการประเมินปัญหาพฤติกรรมต่าง ๆ เพื่อยืนยันความชัดเจน ของปัญหาพฤติกรรมนั้น ๆ อาทิ แบบคัดกรองนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้น บกพร่องทางการเรียนรู้ และออทิซึม (KUS-SI Rating Scales: ADHD/LD/Autism) ฉบับนี้จัดทำขึ้น เพื่อใช้ประกอบ การคัดกรองนักเรียน ตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 อายุระหว่าง 6-13 ปี 11 เดือนที่มีภาวะสมาธิสั้น (Attention Deficit Hyperactivity Disorder-ADHD) บกพร่องทางการเรียนรู้ (Learning Disorders: LD) และออทิซึม (Autism and Pervasive Developmental Disorders: PDDs) เป็นเครื่องมือมาตรฐานแบบอิงกลุ่ม ที่พัฒนาขึ้น เพื่อใช้ประเมินบุคคลที่มีปัญหาพฤติกรรมเฉพาะซึ่งอาจจะมีภาวะสมาธิสั้น บกพร่อง ทางการเรียนรู้ด้านการ อ่าน การเขียน การคิดคำนวณ และออทิซึม บนพื้นฐานของคำจำกัดความและเกณฑ์การวินิจฉัยของทั้ง 3 กลุ่ม อาการ แบบคัดกรองฉบับนี้มีประโยชน์ในการให้ข้อมูลที่สำคัญต่อการบ่งชี้บุคคลที่มีภาวะบกพร่องดังกล่าว แบบคัดกรองฉบับนี้ ครูตอบได้โดยง่าย และให้ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะพฤติกรรมที่สำคัญ จำเป็นต่อการวินิจฉัย บุคคลที่มีภาวะสมาธิสั้น บกพร่องทางการเรียนรู้ และออทิซึม นักวิชาชีพสามารถใช้แบบคัดกรองฉบับนี้ด้วยความมั่นใจในกระบวนการประเมินสำหรับบันทึกการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรมในการตั้งเป้าหมาย ในแผนการศึกษาเฉพาะบุคคล และสำหรับการวิจัย (ดารณี อุทัยรัตนกิจ และคณะ. 2550)

6) แบบทดสอบบุคลิกภาพ

แบบทดสอบบุคลิกภาพ เป็นแบบวัดพฤติกรรมโดยรวมของบุคคล ซึ่งมีลักษณะเฉพาะ ของบุคคลนั้น พฤติกรรมที่แสดงออกมานั้นคือ บุคลิกภาพ แบบวัดนี้จะสะท้อนให้เห็นถึงความคิด ความรู้สึก อารมณ์ เจตคติ ความคิดเห็น ลักษณะนิสัย เป็นต้น การทดสอบนี้อาจอยู่ในรูปของการรายงานตนเอง เช่น แบบทดสอบการตรวจสอบปัญหาของมูนี่ แบบทดสอบบุคลิกภาพมินนิโซตา นอกจากนี้ ยังมีแบบทดสอบ บุคลิกภาพแบบกลวิธีระบายความในใจ ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่ล้วงเอาความรู้สึกนึกคิดของบุคคลออกมาโดยไม่ให้เจ้าตัวรู้สึก จึงสามารถรู้ถึงบุคลิกภาพที่แท้จริงของบุคคลได้ เช่น แบบทดสอบรอร์สชาร์ค แบบทดสอบ ที่เอที เป็นต้น

ตัวอย่างแบบทดสอบ

ตัวอย่างแบบทดสอบและแบบสำรวจวัดความสนใจที่ใช้ในประเทศไทย (กรกฏา นักคัม. 2558 อ้างอิงจาก นิรันดร์ จุลทรัพย์. 2545) เช่น

Self - Directed Search (SDS)

- ระดับที่ใช้ นักเรียนระดับมัธยมศึกษาและนิสิตนักศึกษา
- คุณภาพ เชื่อถือได้ ความเที่ยงตรง
- ผู้สร้าง J.L.Holland
- ผู้ให้บริการ สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย

แบบทดสอบ SDS รศ.ดร.นวลศิริ เปาโรหิตย์ และคณะ ได้แปลเป็นภาษาไทยและปรับปรุงให้สามารถใช้ได้กับนักเรียนนิสิตนักศึกษาในประเทศไทย โดยมอบลิขสิทธิ์ให้สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย เป็นผู้จัดพิมพ์และเผยแพร่ แบบทดสอบชุดนี้นับว่าเป็นแบบทดสอบที่มีความเชื่อถือได้และความเที่ยงตรงสูง มีความกะทัดรัดโดยใช้เวลาเพียง 20 ถึง 25 นาที และง่ายต่อการทำความเข้าใจและการแปลความหมายจึงเป็นแบบทดสอบที่ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย (กรรภา นัคคัม. 2558)

นอกจากนี้ยังมีเครื่องมือทางจิตวิทยาที่เป็นแบบทดสอบออนไลน์ ดังนี้

เครื่องมือ	เว็บไซต์
แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ EQ	manarom.com/testeq_thai.html
แบบคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น	http://www.dmh.go.th/test/cesd/cesd/asheet.asp?qid=1
แบบวัดความเครียด SPST	20http://www.dmh.go.th/test/stress/asheet.asp?qid=6
แบบคัดกรองปัญหาสุขภาพจิต	https://www.tyrkk.go.th/web/uploads/ck/files/ScreeningV_2(1).pdf
แบบประเมินเชาวน์ปัญญา SPM (Standard Progressive Matrix)*	http://www.psychiatry.or.th/JOURNAL/v4515.html
แบบคัดกรองโรคในกลุ่มพัฒนาการผิดปกติอย่างรอบด้าน PDDSQ	http://www.dmh.go.th/test/cesd/pddsq/pddsq.asp
แบบประเมินความสุข THI-15	http://www.dmh.go.th/test/thaihapnew/thi15/asheet.asp?qid=1
แบบประเมินเด็กติดเกม	http://www.healthygamer.net/webform/430
แบบประเมินความเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตาย	http://www.dmh.go.th/test/suicide/asheet.asp?qid=1
แบบประเมินการถูกล่วงละเมิดทางเพศและการทารุณกรรม	phdb.moph.go.th > main > index > download
แบบวัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลก : WHOQOL-BRIEF-THAI	http://www.dmh.go.th/test/whoqol/asheet.asp?qid=1
แบบทดสอบความถนัด	http://calc.tsi-thailand.org/c11_0.aspx
แอปพลิเคชัน “HERO” (Health And Educational Reintegrating Operation) กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข	สามารถดาวน์โหลดได้จาก App Store และ Play Store

หมายเหตุ : *ต้องผ่านการอบรมจากบุคลากรจากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. 2559)

4.8 ข้อควรระวังในการใช้เครื่องมือทางจิตวิทยา

เพื่อให้การใช้เครื่องมือทางจิตวิทยาในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคล ดำเนินไปอย่างมีประสิทธิภาพ ครูและครูแนะแนวควรระวังในประเด็นต่อไปนี้

4.8.1 เทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคลมีหลายชนิด แต่ละชนิดก็มีคุณสมบัติเฉพาะตัว ไม่มีเทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาใดที่ดีที่สุดและให้ผลสมบูรณ์ ดังนั้น ครูและครูแนะแนวจึงควรจะได้ศึกษานักเรียนด้วยเทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาหลาย ๆ อย่าง ทั้งนี้เพื่อความถูกต้องและสมบูรณ์ของข้อมูล และไม่ใช้เทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาอย่างเดียวกันกับ นักเรียนทุกคน

4.8.2 การเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคลแม้ว่าจะช่วยให้ครูและครูแนะแนวเข้าใจนักเรียนของตนได้ดีขึ้น แต่มิได้หมายความว่า การเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคลจะช่วยให้ครูและครูแนะแนว เข้าใจนักเรียนทุกคนอย่างถูกต้องสมบูรณ์ ทั้งนี้เพราะนักเรียนเป็นผู้ที่มีชีวิตจิตใจมีวิญญาณ มีความรู้สึกนึกคิด ดังนั้น ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคลก็อาจมีข้อผิดพลาดได้ แต่ถ้าครูและครูแนะแนว เป็นผู้ที่มีความสามารถ ครูและครูแนะแนวควรที่จะเก็บข้อมูลด้วยความรอบคอบ และปราศจากอคติ โอกาสที่จะเกิดความผิดพลาดย่อมจะมีน้อย

4.8.3 การเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคล ควรจัดเก็บเพื่อทำความรู้จักและเข้าใจเกี่ยวกับตัวนักเรียน และให้ความช่วยเหลือนักเรียนควบคู่ไปในเวลาเดียวกัน เพราะถ้าเก็บข้อมูลนักเรียนเพียงเพื่อจะได้รู้จักและ เข้าใจนักเรียนเพียงอย่างเดียว การศึกษานักเรียนก็จะมีคุณค่าน้อยมาก

4.8.4 การเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคล จะต้องมุ่งหวังให้เป็นประโยชน์แก่นักเรียนด้วย คือจะต้อง ช่วยให้นักเรียนเกิดความเข้าใจตนเอง ซึ่งจะทำให้ นักเรียนสามารถปรับปรุงตนเองและพัฒนาตนเองให้ดียิ่งขึ้น

4.8.5 การเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคล จะต้องคำนึงถึงสิ่งแวดล้อมทางบ้านของนักเรียนด้วย ครู และครูแนะแนวจะต้องศึกษาตัวนักเรียนและสิ่งแวดล้อม เพื่อช่วยให้มีความเข้าใจในตัวนักเรียน ได้ถูกต้อง ยิ่งขึ้น

4.9 ปัญหาในการใช้เทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคล

ในการนำเทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคลนั้น มีปัญหาหรือข้อยุ่งยากที่เป็นอุปสรรค ได้แก่

4.9.1 ครูและครูแนะแนวขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยา ทำให้ นำ เทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคลอย่างไม่ถูกต้อง เป็นเหตุให้ได้ ข้อมูลที่ไม่สมบูรณ์ บกพร่องไปด้วย

4.9.2 นักเรียนที่ถูกศึกษาหรือเก็บข้อมูลอาจเกิดการต่อต้านไม่ให้ความร่วมมือ เนื่องจากมีความเชื่อ ว่าการเปิดเผยเรื่องส่วนตัวให้ผู้อื่นรู้เป็นสิ่งที่ไม่ถูกต้อง ไม่สมควร หรือน่าอาย

4.9.3 นักเรียนไม่สามารถให้คำตอบที่เฉพาะเจาะจงเกี่ยวกับความถนัด ความสนใจ และความสามารถ พิเศษอื่น ๆ ได้เนื่องจากนักเรียนยังไม่รู้จักและไม่เข้าใจตนเองอย่างแท้จริง

4.9.4 เทคนิคและเครื่องมือทางจิตวิทยาบางประเภทนำมาจากต่างประเทศ และไม่ได้รับการปรับปรุง ให้สอดคล้องกับขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรมไทย

4.9.5 ครูและครูแนะแนวมีภาระงานมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งครูประจำชั้นต้องทำงานเกี่ยวกับนักเรียน แทบทุกอย่าง ทั้งในและนอกเวลาวิชาการ ทำให้ไม่สามารถทำงานเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นรายบุคคลได้อย่างเต็มที่

4.9.6 ครูและครูแนะแนวบางคนมีเจตคติต่องานแนะแนวไปในทางลบ เพราะเห็นว่าเป็นการเพิ่มงานให้ตน ทำให้ขาดความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากนักเรียน (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาการเรียนรู้. 2551) ทั้งนี้ สามารถสรุปเครื่องมือได้ดังตารางต่อไปนี้

ลำดับ	เครื่องมือ	ประโยชน์ของเครื่องมือ	ข้อมูลที่ได้
1	แบบสังเกต	ใช้ตรวจสอบพฤติกรรมของผู้เรียนในสถานการณ์ต่าง ๆ	ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์ ละเอียด ชัดเจน ถูกต้อง
2	แบบสัมภาษณ์	ใช้สอบถามผู้เรียนและผู้เกี่ยวข้องกับผู้เรียนทุกคนทั้งในและนอกสถานศึกษา	ได้ข้อเท็จจริงเป็นข้อมูลพฤติกรรมของผู้ถูกสัมภาษณ์ เป็นข้อมูลตรง
3	การเขียนอัตชีวประวัติ	ให้ผู้เรียนเขียนบรรยายเรื่องราวเกี่ยวกับตัวเองทั้งที่เป็นความคิด ความรู้สึก พฤติกรรมความสัมพันธ์กับผู้เกี่ยวข้อง และความใฝ่ฝันในอนาคต	ได้ข้อมูลของผู้เรียนเกี่ยวกับความคิด ความรู้สึก ความต้องการสัมพันธภาพของผู้เรียน ผู้เกี่ยวข้องที่ผ่านกระบวนการคิดวิเคราะห์แล้ว
4	ระเบียบสะสม	ใช้รวบรวมข้อมูลเบื้องต้นของผู้เรียนทุกด้าน ทั้งสภาพทั่วไป ประวัติการเรียนรู้ สุขภาพ	ได้ข้อมูลที่เป็นหลักฐานสำหรับนำไปใช้ในการวางแผนการดูแลช่วยเหลือและพัฒนาผู้เรียน
5	แบบบันทึกการเยี่ยมบ้าน	ใช้เมื่อครูต้องการรู้ข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับครอบครัวความเป็นอยู่ของผู้เรียน	ได้รู้จักและเข้าใจถึงสภาพแวดล้อม สภาพครอบครัว เจตคติ และฐานะทางเศรษฐกิจของผู้เรียนตามสภาพที่เป็นจริง
6	สังคมมิติ	ใช้สำรวจสัมพันธภาพของผู้เรียนกับเพื่อน ๆ	ได้รู้ถึงความสัมพันธ์ของผู้เรียนและโครงสร้างของกลุ่มในห้องเรียน เพื่อจัดกลุ่มการเรียนรู้ หรือให้ความช่วยเหลือผู้เรียนได้สอดคล้องกับสภาพสังคมที่เป็นอยู่
7	แบบสอบถาม	ใช้สำรวจข้อมูลผู้เรียนเรื่องราวต่าง ๆ ที่ต้องการทราบ อาจใช้เป็นกลุ่มหรือรายบุคคล	ได้ข้อมูลในประเด็นที่ครูต้องการทราบ สามารถใช้กับผู้เรียนคราวละมาก ๆ และประหยัดเวลา
8	แบบสำรวจ	ใช้รวบรวมข้อมูลพื้นฐาน ความรู้สึกนึกคิด เจตคติ	ได้ข้อมูลที่ต้องการรู้ตามจุดประสงค์ที่วางไว้ เพื่อการรู้จักผู้เรียนและสิ่งแวดล้อมของผู้เรียน
9	แบบบันทึกสุขภาพ	ใช้บันทึกข้อมูลทางด้านสุขภาพของผู้เรียน	ได้ข้อมูลสุขภาพผู้เรียน

ลำดับ	เครื่องมือ	ประโยชน์ของเครื่องมือ	ข้อมูลที่ได้
10	แฟ้มสะสมงาน	ใช้รวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผลงานของผู้เรียน	ได้ข้อมูลที่ครูจะใช้ประเมินการทำงานและผลงานของผู้เรียน ซึ่งนำมาเพื่อจัดการส่งเสริมป้องกัน ช่วยเหลือ
11	การเขียนเรียงความ	ใช้ศึกษาความรู้สึนึกคิดของผู้เรียน สภาพแวดล้อม บุคคลที่เกี่ยวข้องกับผู้เรียนตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้	ได้ข้อมูลจากผู้เรียนโดยตรง ตามวัตถุประสงค์หรือหัวข้อที่ตั้งไว้
12	แบบประเมินพฤติกรรม	ใช้รายงานพฤติกรรมผู้เรียนว่าทำอะไร ที่ไหน เมื่อไร อย่างไร โดยครูหลายคน ในหลายเหตุการณ์	ได้รับรู้พฤติกรรมของผู้เรียนในหลายสถานการณ์และจากบุคคลหลายคนที่เกี่ยวข้องกับผู้เรียน
13	การเขียนบันทึกประจำวัน	ใช้เพื่อให้ผู้เรียนบันทึกพฤติกรรมที่ตนเองได้ทำในแต่ละวัน	ได้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้เรียนในแต่ละวัน

(ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2549)

4.10 หลักการพิจารณาและตรวจสอบข้อมูลในการศึกษานักเรียนรายกรณี

การพิจารณาข้อมูล (Criteria of Good Information) การรวบรวมข้อมูลในการศึกษานักเรียนเป็นรายกรณี มีหลักในการพิจารณา ตรวจสอบข้อมูล ดังนี้

- 1) ข้อมูลมีความถูกต้อง น่าเชื่อถือได้
- 2) มีความเที่ยงตรงของข้อมูล
- 3) มีความเป็นปรนัยของข้อมูล
- 4) ข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมแสดงถึงพัฒนาการของเด็ก
- 5) เวลาและสถานที่ในการรวบรวมข้อมูล
- 6) สถานการณ์และความเกี่ยวข้องกับพฤติกรรม หรือบุคลิกภาพที่ต้องการศึกษา

4.11 ข้อควรคำนึงในการศึกษานักเรียนรายกรณี

การศึกษานักเรียนรายกรณี มีข้อควรคำนึงดังต่อไปนี้

- 1) ต้องได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองให้ศึกษานักเรียนรายกรณี
- 2) ครูผู้ศึกษาไม่ควรใช้ตัวเองเป็นเกณฑ์ในการตัดสินปัญหา
- 3) ควรวินิจฉัยปัญหาจากการรวบรวมข้อมูลนักเรียนอย่างรอบด้าน
- 4) ไม่ด่วนสรุปปัญหาหรือตัดสินนักเรียน
- 5) ปัญหาของนักเรียนแต่ละคนมีความแตกต่างกันจึงไม่ควรนำแนวทางการแก้ไขปัญหานักเรียนที่ศึกษาไปใช้กับนักเรียนคนอื่นแม้มีสภาพปัญหาอย่างเดียวกัน

Newman and Newman (1997) ได้ศึกษาจุดแข็งและข้อจำกัดของการศึกษานักเรียนรายกรณีสรุปได้ว่า ข้อได้เปรียบคือ ทำให้เห็นการแสดงออกของพฤติกรรมที่มีความซับซ้อนและความเป็นเอกลักษณ์ของชีวิตของแต่ละบุคคล ซึ่งการศึกษารายกรณีนำไปสู่การแยกแยะหลักทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่

ซึ่งทำให้เข้าใจความเฉพาะเจาะจงที่เป็นรูปธรรมของแต่ละบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง บางกรณีจะให้รายละเอียดของประสบการณ์ที่ลึกซึ้ง แต่มีข้อจำกัดคือไม่ใช่การศึกษาในกลุ่มขนาดใหญ่ เป็นเพียงปัญหาที่ผู้วิจัยให้ความสนใจ การศึกษารายกรณีจึงถูกวิจารณ์ว่าไม่ถือเป็นตัวแทนของกลุ่มตัวอย่างที่ชัดเจน ยิ่งไปกว่านั้นหากข้อมูลที่ได้เป็นการรวบรวมมาด้วยอคติ ข้อสรุปจะไม่มีคุณภาพซึ่งเป็นข้อจำกัดของการศึกษารายกรณี ดังนั้นสิ่งสำคัญคือ ต้องทำให้วัตถุประสงค์ของการศึกษามีความชัดเจน และไม่อคติ เพื่อให้เกิดความเหมาะสมในการรวบรวมข้อมูล โดยข้อจำกัดของการศึกษานักเรียนรายกรณีมีดังนี้

- 1) การศึกษานักเรียนรายกรณีต้องการเวลามากในการรวบรวมข้อมูลและการแปลความหมายของข้อมูล
- 2) การเก็บรวบรวมข้อมูลในบางกรณีมีความลำบาก เช่น อดีตของเด็ก ซึ่งข้อมูลที่ได้มาบางครั้งอาจไม่เพียงพอ อาจไม่ถูกต้อง และอาจมีปัญหาที่น่าสงสัย เป็นความจริงที่ว่าการทำงานประวัติรายกรณี และการศึกษาข้อเท็จจริงต่าง ๆ ของเด็กที่ได้รับการบันทึกและศึกษาจากบุคคลที่แตกต่างกันในเวลาที่แตกต่างกัน อาจให้ข้อแตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด

3) ความรู้ความสามารถของบุคลากรทางด้านจิตวิทยาแนะแนว ทำให้การศึกษานักเรียนรายกรณีอยู่ในขอบเขตจำกัด กล่าวคือ ผู้แนะแนวหรือผู้ให้คำปรึกษาอาจจะ

- 3.1) ตัดทอน ย่อย่อกระบวนการรวบรวมข้อมูลที่สำคัญ
- 3.2) ดำเนินงานแบบรวบรัด หรือข้ามขั้นไปสู่การสรุปรวดเร็วไป
- 3.3) ไม่มีความสามารถเพียงพอในการประเมินผลคุณค่าของข้อมูล
- 3.4) ขาดความเข้าใจเด็กและเป็นเหตุให้ไม่สามารถใช้ข้อมูลได้อย่างมีประสิทธิภาพ

โดยสรุปจุดอ่อนและข้อจำกัดของการศึกษานักเรียนรายกรณีคือ ต้องการเวลาในการรวบรวมข้อมูล การเก็บรวบรวมข้อมูลในบางกรณีมีความลำบาก ทั้งนี้ ผู้ทำการศึกษานักเรียนรายกรณีจำเป็นต้องฝึกฝนตนเองและมีประสบการณ์ในการศึกษารายกรณี ส่วนจุดแข็งของการศึกษารายกรณีคือ ทำให้เห็นการแสดงออกของพฤติกรรมของแต่ละบุคคลได้อย่างละเอียดและชัดเจน (ศิริวิญญา ตระกูลรัมย์ และชัตติยา ยืนยง. 2563)

4.12 แนวทางการดำเนินการต่อจากการศึกษานักเรียนรายกรณี

การช่วยเหลือ ส่งเสริม และพัฒนานักเรียนหลังจากศึกษานักเรียนรายกรณีเสร็จสิ้นแล้ว มีแนวทางการดำเนินการดังต่อไปนี้

4.12.1 การให้การปรึกษาเชิงจิตวิทยา เน้นกระบวนการให้ความช่วยเหลือเพื่อให้ผู้รับบริการเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น และเข้าใจสิ่งแวดล้อมเพิ่มขึ้น ได้ปรับปรุงทักษะในการตัดสินใจและสามารถแก้ปัญหาของตนเองได้ ซึ่งผู้ให้การปรึกษาจะต้องเป็นผู้ที่ได้รับการฝึกฝนเป็นพิเศษ มีความรู้ ความสามารถ นำทฤษฎีทางจิตวิทยามาประยุกต์ใช้ได้อย่างเหมาะสม

4.12.2 การประชุมรายกรณี เป็นการประชุมปรึกษาหารือเพื่อมองหาแนวทาง วิธีช่วยเหลือ ป้องกัน และส่งเสริมพัฒนา ให้เกิดความงอกงามอย่างเต็มศักยภาพ และข้อเสนอแนะในการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาจากบุคคลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งขั้นตอนนี้จัดเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษารายกรณีที่ดำเนินการในระยะใดระยะหนึ่งของการศึกษาก็ได้ ขึ้นอยู่กับบริบทของการศึกษา เช่น ช่วงขั้นตอนของการวิเคราะห์และแปลความหมายข้อมูล หรือช่วงขั้นตอนการให้ความช่วยเหลือก็ได้

4.12.3. การส่งต่อ ถ้าหากเป็นปัญหารุนแรงเกินความสามารถที่ผู้ศึกษาหรือครูแนะแนว จะช่วยเหลือได้ เช่น โรคซึมเศร้า อารมณ์แปรปรวน ติดยาเสพติด ฯลฯ ต้องส่งต่อไปยังผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง เช่น นักจิตวิทยา จิตแพทย์ เป็นต้น

4.13 การเขียนรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี

4.13.1 เหตุผล/ความจำเป็นในการเขียนรายงาน

รายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี เป็นเอกสารที่สรุปและรายงานผลการศึกษานักเรียนรายบุคคลอย่างละเอียดจากข้อมูลรอบด้าน เพื่อนำไปสู่กระบวนการช่วยเหลือ ส่งเสริม และพัฒนานักเรียนของครู ตลอดจนเป็นข้อมูลในการส่งต่อนักเรียนและเสนอต่อผู้เกี่ยวข้องอย่างเป็นระบบ

4.13.2 หลักการเขียนรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี โดยการเขียนรายงานการศึกษานักเรียนเป็นรายกรณี มีหลักการดังต่อไปนี้

- 1) กำหนดปัญหาหรือสิ่งที่ศึกษาให้ชัดเจน
- 2) สังเคราะห์ข้อมูลอย่างเป็นระบบ และเป็นข้อมูลที่สามารถนำไปใช้ในการวิเคราะห์และวินิจฉัยปัญหาได้อย่างตรงประเด็น
- 3) อธิบายหรือบรรยายลักษณะเด่นและด้อยของนักเรียน รวมถึงสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง
- 4) ข้อเสนอแนะต้องมีความเฉพาะเจาะจงและสามารถปฏิบัติได้

4.13.3 รูปแบบและลักษณะของการเขียนรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี โดยการเขียนรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี มี 2 รูปแบบ คือ

- 1) แบบย่อ คือ แบบรายงานที่มีรายการต่าง ๆ เท่าที่จำเป็นในลักษณะการสรุปเฉพาะที่สำคัญของรายงาน
- 2) แบบสมบูรณ์ คือ แบบรายงานที่มีลักษณะทุกอย่างคล้ายแบบย่อ แต่นำเสนอข้อมูลทุกประเด็นอย่างละเอียด

ลักษณะของการเขียนรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี

การเขียนรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณีต้องมีความชัดเจนและรัดกุมเพื่อป้องกันการตีความผิด เขียนข้อมูลตามความเป็นจริงถูกต้องไม่ลำเอียง ไม่เอาความคิดเห็นส่วนตัวเข้ามาเกี่ยวข้อง การเขียนแบบพรรณนาฟังเพื่ออาจจะทำให้ผู้อ่านไม่เข้าใจความหมายและโดยเฉพาะถ้ามีความเห็น ของใครคนหนึ่งอยู่ในนั้นด้วย ควรแยกให้เห็นว่าอะไรคือความจริง อะไรคือความคิดเห็น (อุษณิษ์ เย็นสบาย. 2533)

4.13.4 องค์ประกอบของรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี

ประเด็นที่ควรมีในรายงานการศึกษานักเรียนรายกรณี ประกอบด้วย

- 1) ชื่อนักเรียน ระดับชั้นที่กำลังศึกษา
- 2) ผู้ศึกษา (ครูประจำชั้น/ครูที่ปรึกษา ครูแนะแนว)
- 3) ระยะเวลาในการศึกษา
- 4) สาเหตุของการศึกษา
- 5) เครื่องมือและเทคนิคที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล
- 6) ข้อมูลที่ได้จากการสังเคราะห์ข้อมูล
 - ข้อมูลส่วนตัวและครอบครัว
 - ข้อมูลสุขภาพ (สุขภาพกาย สุขภาพจิต)
 - ข้อมูลด้านการเรียน
 - ข้อมูลด้านสังคม
 - ความสนใจ งานอดิเรก และประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ

- เป้าหมายและความคาดหวังในอนาคต
- ความภาคภูมิใจ ปัญหา และอุปสรรคในการดำเนินชีวิต

- 7) การวิเคราะห์และวินิจฉัยปัญหา
- 8) การช่วยเหลือ ส่งเสริม และพัฒนา
- 9) การติดตามผล

10) ข้อเสนอแนะ

4.14 ตัวอย่างการเขียนรายงานการศึกษา

รายงานการศึกษาผู้เรียนเป็นรายกรณี (Case Study)

1) ชื่อนักเรียน/ระดับชั้นที่กำลังศึกษา

นายมีน หล่อสุด (นามสมมติ) นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6

2) ผู้ศึกษา

นายกิตติพัฒน์ กิตติพิทักษ์ (นักศึกษาฝึกประสบการณ์วิชาชีพรุ่น) รหัสนักศึกษา 594149021

หมู่เรียน 59/11 สาขาเคมี

3) ระยะเวลาการศึกษา

วันที่ 1 กรกฎาคม 2563 – 1 กันยายน 2563 รวมระยะเวลา 3 เดือน

4) สาเหตุของการศึกษา

นายมีน หล่อสุด มีพฤติกรรมในชั้นเรียนที่เป็นปัญหา ซึ่งควรได้รับการแก้ไข โดยมีพฤติกรรมดังนี้

- (1) ไม่สนใจเรียน
- (2) ในขณะที่ครูสอนมักจะก่อกวนชวนเพื่อนคุย
- (3) ไม่ส่งงานตามที่ได้รับมอบหมาย
- (4) ขอบลอกการบ้านเพื่อน

5) เครื่องมือและเทคนิคที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

- 5.1) การสังเกต
- 5.2) การสัมภาษณ์
- 5.3) แบบสอบถาม
- 5.4) อัตชีวประวัติ
- 5.5) ระเบียนสะสม
- 5.6) การให้การศึกษา

6) ข้อมูลที่ได้จากการสังเคราะห์ข้อมูล

6.1) ข้อมูลส่วนตัว

เกิดวันที่ 1 พฤศจิกายน 2545 เชื้อชาติไทย สัญชาติไทย ศาสนาพุทธ ผิวดำแดง รูปร่างสูง 175 เซนติเมตร น้ำหนัก 65 กิโลกรัม อาศัยอยู่กับบิดามารดา ได้ค่าใช้จ่ายมาโรงเรียน วันละ 60 บาท บ้านอยู่ห่างจากโรงเรียนประมาณ 25 กิโลเมตร เดินทางมาโรงเรียนโดยรถรับจ้างประจำทาง

6.2) ข้อมูลทางครอบครัว

บิดาชื่อ นายเสก หล่อสุด (นามสมมติ) อายุ 50 ปี อาชีพ เกษตรกร รายได้ประมาณ 10,000 บาทต่อเดือน มารดาชื่อ นางอาศัย หล่อสุด (นามสมมติ) อายุ 45 ปี อาชีพ เกษตรกร รายได้ประมาณ 10,000 บาทต่อเดือน นายมีนเป็นลูกชายคนโตมีพี่น้องจำนวน 2 คน ที่อยู่อาศัยบ้านปูนชั้นเดียว นายมีนจะสนิทกับทุกคนในบ้าน

6.3) ข้อมูลสุขภาพ

- สุขภาพกาย เป็นคนสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรคประจำตัว ช่วงหลังเลิกเรียนช่วยงานที่บ้าน
- สุขภาพจิต เป็นคนมีพฤติกรรมอยู่หนึ่งไม่ได้นาน ชอบชวนเพื่อนคุยและเล่นไม่มีสมาธิจดจ่อ

ในการเรียน

6.4) ข้อมูลด้านการเรียน

ผลการเรียน ติด 0 หลายวิชา เนื่องจากไม่ทำงานส่งตามที่ครูกำหนด ไม่นำอุปกรณ์การเรียน และหนังสือเรียนมาเป็นประจำ

6.5) ข้อมูลด้านสังคม

- ทางบ้าน มีนจะสนิทกับทุกคนในบ้านและส่วนมากจะคุยปัญหาชีวิตกับแม่ และน้องชาย แต่บิดาทำงานหลายอย่างจึงไม่ค่อยมีเวลา พอตักเย็นมีนก็จะชอบเข้าห้องไปนั่งเล่นเกม กับกลุ่มเพื่อน
- ทางโรงเรียน มีนจะสนิทกับทุกคนในกลุ่มและชอบสร้างเสียงหัวเราะในชั้นเรียนและชอบก่อวุ่นในชั้นเรียนเล่นโทรศัพท์และมักจะถูกครูตำหนิตักเตือนในเรื่องของการไม่ความรับผิดชอบในการทำงานและไม่นำอุปกรณ์หนังสือเรียนมา

6.6) ความสนใจ งานอดิเรก และประสบการณ์ในด้านต่าง ๆ

- มีความสนใจเกี่ยวกับ เล่นเกม งานอดิเรก เล่นเกม
- ประสบการณ์ทางด้านต่าง ๆ เคยแข่งเกมออนไลน์ โดยการแข่งเป็นทีม ทีมละ 5 คน ได้ที่ 1 จำนวน 2 ครั้ง และได้รับเงินรางวัลครั้งละ 2,000 บาท

6.7) เป้าหมายและความคาดหวังในอนาคต

- อยากเรียนให้จบ
- ช่วยงานที่บ้าน(ขับรถเกี่ยว)และช่วยแบ่งเบาภาระได้

6.8) ความภาคภูมิใจ ปัญหา และอุปสรรคในการดำเนินชีวิต

- ความภาคภูมิใจ เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน
- ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินชีวิต ครอบครัวค่อนข้างไม่มีเวลาให้ ไม่ค่อยพูดคุยถึงเรื่อง การเรียน

7) การวิเคราะห์และวินิจฉัยปัญหา

มีนไม่สนใจในการเรียนไม่ส่งงานตามที่ได้รับมอบหมายและชอบชวนเพื่อนคุยขณะเรียนชอบลอกการบ้านเพื่อน เนื่องจาก

7.1) มีนขาดแรงกระตุ้นจากครอบครัวและขาดกำลังใจจากครอบครัว ทำให้ขาดแรงจูงใจในการเรียน

7.2) มีนมีพฤติกรรมการเรียนที่ไม่เหมาะสม เช่น ไม่ตั้งใจเรียน ชวนเพื่อนคุย ชอบก่อวุ่น ชอบลอกการบ้านเพื่อน

8) การช่วยเหลือ ส่งเสริมและพัฒนา

8.1) ผู้ศึกษาให้คำปรึกษากับมีน เพื่อหาทางแก้ไขปัญหาและสร้างแรงจูงใจในการเรียนและ การทำการบ้านด้วยตนเอง

8.2) ผู้ศึกษาพูดคุยกับผู้ปกครองของมีน ให้แบ่งเวลาและพูดคุยกับมีนให้มากกว่านี้ ถามไถ่ เรื่องการบ้านและการเรียนให้มากขึ้น

8.3) ผู้ศึกษาขอความร่วมมือจากครูผู้สอนท่านอื่น ๆ ในการปรับพฤติกรรมของมีน

9) การติดตามผล

9.1) จากการสัมภาษณ์ผู้ปกครองของมินเกี่ยวกับพฤติกรรมเมื่ออยู่ที่บ้าน พบว่า มินมีพฤติกรรมทางการเรียนที่ดีขึ้น มีการทำการบ้านด้วยตนเองบ้างบางครั้ง

9.2) จากการสังเกตและสัมภาษณ์ครูผู้สอน พบว่า มินมีพฤติกรรมทางการเรียนที่ดีขึ้น ตั้งใจเรียนตั้งใจฟังครูสอนและมีการจดบันทึกขณะที่ครูสอนและมีการทำการบ้านด้วยตัวเองอาจจะมีผิดพลาดบ้างแต่ไม่ลอกเพื่อนและจากการสอบถามเพื่อนๆ มินไม่ลอกการบ้านเพื่อนคนไหนเลยแต่จะใช้เป็นการถามตรงที่มินไม่เข้าใจและพยายามปรับตัวให้ดีขึ้น

10) ข้อเสนอแนะ

10.1) สำหรับนักเรียน เนื่องจากทางบ้านมินไม่ค่อยมีเวลาให้ไม่ค่อยถามในเรื่องของการเรียนการบ้าน ดังนั้น บิดาและมารดาควรใช้เวลาและสนใจใส่ใจพูดคุยถึงเรื่องการเรียนและเรื่องต่าง ๆ ให้มากขึ้น

10.2) สำหรับครูประจำวิชา ควรช่วยดูแล สังเกต กระตุ้น และสนใจให้มินได้มีส่วนร่วม ในการทำกิจกรรม ตอบคำถามระหว่างเรียนและเปิดโอกาสให้มินได้แสดงความคิดเห็นหรือถามข้อสงสัยในการเรียนและควรชื่นชมเมื่อมินทำพฤติกรรมที่ถูกต้อง และไม่ตำหนิเพื่อนต่อหน้าเพื่อน เพื่อให้มินอับอายและไม่ให้ความสนใจกับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม

10.3) สำหรับครูประจำชั้น มีความสำคัญมากในการช่วยเหลือมินเนื่องจากเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดเพียงสามารถให้คำปรึกษาแนะนำในเรื่องต่าง ๆ ทั้งทางการเรียน การใช้ชีวิต และการอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม ดังนั้นครูที่ปรึกษาควรทำหน้าที่ในการประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้องและใกล้ชิดเพียง

10.4) สำหรับเพื่อน มีอิทธิพลต่อการใช้ชีวิตในโรงเรียนของนักเรียนเป็นอย่างมาก เนื่องจากนักเรียนอยู่ในวัยที่ต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน และต้องการคนให้คำปรึกษาทั้งเรื่องส่วนตัวและการเรียน ดังนั้น มินจึงสนิทกับเพื่อนร่วมห้องและในกลุ่มตนเองมาก

11) ประโยชน์ที่ได้จากการศึกษานักเรียนกรณี

การศึกษานักเรียนรายกรณีทำให้ข้าพเจ้าเข้าใจและทราบถึงความต้องการ ธรรมชาติของเด็กนักเรียนมากยิ่งขึ้น และที่สำคัญทำให้ข้าพเจ้าได้รู้จักหน้าที่ของครูมากขึ้น เป็นหน้าที่ที่ไม่ใช่เฉพาะการสอนหนังสือเด็กนักเรียนเท่านั้น แต่ต้องพัฒนาพฤติกรรมของเด็กทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญาไปพร้อม ๆ กัน สามารถหาทางแก้ไขพฤติกรรมของเด็กนักเรียนให้ดียิ่งขึ้นอย่างถูกต้องและเหมาะสม เพื่อให้เขาเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้อย่างมีความสุข

ที่มา : กิตติพัฒน์ กิตติพิทักษ์. 2563

จากที่กล่าว สรุปได้ว่า การศึกษานักเรียนกรณีเป็นวิธีการหนึ่งในการช่วยเหลือนักเรียนโดยการศึกษา รายละเอียดของนักเรียนอย่างลึกซึ้งแล้วนำมาวิเคราะห์ สังเคราะห์ถึงสาเหตุ การเกิดพฤติกรรมนั้น โดยใช้เครื่องมือที่หลากหลาย เพื่อจะได้หาแนวทางช่วยเหลือนักเรียน ให้สามารถปรับปรุง แก้ไข พัฒนาตนเองได้และสามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติสุข

หน่วยที่ 5

การประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี และการส่งต่อ

5.1 การประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

5.1.1 ความหมายและความสำคัญของการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

1) ความหมาย

การประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี (Case Conference) คือ การประชุมร่วมกันของบุคคลหลายฝ่ายที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับนักเรียน เพื่อปรึกษาหารือและร่วมพิจารณาศึกษาข้อเท็จจริงถึงปัญหานั้น โดยการทำงานร่วมกันเป็นคณะเพื่อทำการวิเคราะห์ สังเคราะห์และวินิจฉัยหาสาเหตุของปัญหานำไปสู่การแก้ไข ส่งเสริม ป้องกันและช่วยเหลือนักเรียนให้บรรลุผลสำเร็จ

2) ความสำคัญ

การประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี เป็นกระบวนการในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหายั่งยืน ซับซ้อน จำเป็นจะต้องได้รับฟังความคิดเห็นและความร่วมมือจากผู้เชี่ยวชาญในสาขาที่เกี่ยวข้อง อีกทั้งเป็นวิธีการที่จะช่วยพิจารณากลับกรองข้อมูลเพื่อรู้จักและเข้าใจนักเรียนอย่างแท้จริง อันจะทำให้การช่วยเหลือนักเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและตรงตามสภาพปัญหา

5.1.2 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณีประกอบด้วย ครูผู้ศึกษานักเรียนรายกรณี ครูแนะแนว ครูที่ปรึกษาประจำชั้น ครูผู้สอนที่รู้จักและใกล้ชิด ผู้เชี่ยวชาญ เช่น แพทย์ จิตแพทย์ นักสังคมสงเคราะห์ บิดามารดาและผู้ปกครองนักเรียน

5.1.3 รูปแบบของการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

1) การประชุมเฉพาะผู้เชี่ยวชาญในปัญหาหรือกรณีนั้นๆ และผู้ใกล้ชิด เช่น แพทย์ นักจิตวิทยา ครูแนะแนว บิดา มารดาหรือผู้ปกครอง เป็นต้น

2) การประชุมกลุ่มใหญ่ ประกอบไปด้วยบุคคลหลายฝ่าย ดังนี้

(1) ผู้เชี่ยวชาญ เช่น จิตแพทย์ นักจิตวิทยา ครูแนะแนว เป็นต้น

(2) ผู้ใกล้ชิด เช่น บิดา มารดา หรือผู้ปกครอง เป็นต้น

(3) ผู้เกี่ยวข้อง เช่น ครูประจำชั้น ครูประจำวิชา เป็นต้น

3) การประชุมกลุ่มเล็ก ประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญ ได้แก่ ครูแนะแนว และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องโดยตรง ได้แก่ บิดา มารดา หรือ ผู้ปกครอง

จากรูปแบบการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณีดังกล่าว พบว่า รูปแบบที่ 2 เป็นรูปแบบที่นิยมใช้มากที่สุด

5.1.4 ขั้นตอนของการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

ครูผู้ศึกษานักเรียนรายกรณีดำเนินการจัดประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณีโดยมีวิธีการและขั้นตอนดังนี้

1) ขั้นเตรียมการ

(1) กำหนดวัน เวลา ในการประชุม ตลอดจนกำหนดผู้เข้าร่วมประชุม

(2) ออกหนังสือเชิญบุคคลที่เกี่ยวข้องเพื่อเข้าร่วมประชุม และประสานผู้ที่เหมาะสมในการทำหน้าที่เป็นประธาน

(3) เตรียมข้อมูลของนักเรียนที่ศึกษา

(4) เตรียมสถานที่สำหรับการประชุม ซึ่งควรเป็นห้องแบบปิดและเป็นสัดส่วน

2) ขั้นตอนการประชุม

(1) ประธานกล่าวเปิดการประชุม และชี้แจงข้อตกลงสำหรับการประชุม คือ การรักษาความลับ ไม่นำเรื่องที่ประชุมไปพูดนอกการประชุม การนำเสนอข้อมูลของนักเรียนและการอภิปรายหรือโต้แย้งควรพูดตามข้อเท็จจริงอย่างสร้างสรรค์

(2) ครูผู้ศึกษาทำหน้าที่เป็นเลขานุการในการดำเนินการประชุม

(3) ครูผู้ศึกษานำเสนอข้อมูลรายละเอียดเกี่ยวกับนักเรียนต่อที่ประชุม หากกรณีศึกษาเป็นรายใหม่ควรนำเสนอข้อมูลโดยละเอียด ส่วนกรณีศึกษาที่เคยนำเสนอเฉพาะความก้าวหน้าในการช่วยเหลือ

(4) ที่ประชุมร่วมกันวิเคราะห์หาสาเหตุ และกำหนดแนวทางในการแก้ไขปัญหาและช่วยเหลือนักเรียน

(5) ระหว่างประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี ผู้เข้าร่วมประชุม สามารถซักถามเพิ่มเติมเกี่ยวกับรายละเอียดของนักเรียน

(6) ที่ประชุมสรุปผลการพิจารณา พร้อมเสนอแนวทางช่วยเหลือหรือแก้ปัญหาให้นักเรียน มอบหมายหน้าที่ให้ผู้ศึกษาและผู้เกี่ยวข้องไปดำเนินการช่วยเหลือนักเรียน รวมทั้งนัดหมายการประชุมครั้งต่อไป (ถ้ามี)

3) ขั้นตอนการประชุม

(1) ประธานกล่าวขอบคุณผู้ร่วมประชุม

(2) ครูผู้ศึกษาบันทึกรายงานการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

5.1.5 ปัจจัยความสำเร็จของการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

1) ความร่วมมือและการประสานงานของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง

2) การหลีกเลี่ยงความขัดแย้งในที่ประชุม

3) ความเข้าใจวัตถุประสงค์และภารกิจของการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

4) การแลกเปลี่ยนข้อมูลของกรณีศึกษาอย่างกว้างขวาง รอบด้าน และแนวทางที่เหมาะสมในการช่วยเหลือนักเรียน

5) บรรยากาศของการประชุมที่อบอุ่น เป็นกัลยาณมิตร

6) การมีส่วนร่วมของผู้เข้าร่วมประชุมในการอภิปราย และเสนอความคิดเห็น

7) การยอมรับความคิดเห็นและเหตุผลซึ่งกันและกันในที่ประชุม ภายใต้บรรยากาศที่ส่งเสริมความเป็นประชาธิปไตยอย่างแท้จริง

8) วิธีการแก้ไขที่เป็นเป็นรูปธรรม สามารถช่วยเหลือนักเรียนให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างถาวร

9) ความชัดเจนของการมอบหมายหน้าที่ให้ผู้ศึกษาและผู้เกี่ยวข้องไปดำเนินการช่วยเหลือนักเรียน และผู้ได้รับมอบหมายมีความเข้าใจ และยอมรับภารกิจต่าง ๆ ด้วยความเต็มใจ

10) การเก็บรักษาความลับของข้อมูลจากการประชุม

11) การติดตามผลการช่วยเหลือนักเรียนตลอดจนปัญหาอุปสรรคเป็นระยะอย่างต่อเนื่อง

5.1.6 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

1) ประโยชน์ต่อนักเรียน

(1) นักเรียนได้รับการช่วยเหลือได้ถูกวิธีและตรงตามสภาพปัญหาจากผู้เกี่ยวข้องโดยตรง

(2) นักเรียนมีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีแนวทางในการแก้ปัญหา

(3) นักเรียนสามารถปรับตัวได้ เพราะปัญหาได้รับการช่วยเหลือแก้ไข

(4) มีผลกระทบที่ดีต่อการเรียนของนักเรียน

2) ประโยชน์ต่อครู

- (1) มีมุมมองหลากหลายเกี่ยวกับนักเรียน เห็นจุดแข็งและแนวทางการพัฒนาศักยภาพของนักเรียน
- (2) เกิดความภาคภูมิใจ และความมั่นใจในการช่วยเหลือนักเรียน
- (3) เห็นคุณค่าและเข้าใจนักเรียน และมีเจตคติที่ดีต่อนักเรียน
- (4) เพิ่มความรู้และทักษะในการช่วยเหลือนักเรียน
- (5) เกิดเครือข่ายในการช่วยเหลือนักเรียน

3) ประโยชน์ต่อผู้ปกครอง

- (1) เข้าใจแนวทางการเลี้ยงดูที่เหมาะสมกับยุคสมัย และสภาพปัญหาความต้องการของบุตร
- (2) มีสัมพันธภาพที่ดีต่อกันระหว่างพ่อ แม่ ลูก ก่อให้เกิดความเข้มแข็งในครอบครัว

5.1.7 สิ่งที่ควรคำนึงในการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

- 1) การให้ข้อมูล รายละเอียดเกี่ยวกับนักเรียนต้องปราศจากอคติใด ๆ
- 2) ไม่ควรนำคำกล่าวหรือคำพูดที่ไม่มีหลักฐานมานำเสนอในที่ประชุม
- 3) ผู้ร่วมประชุมควรประกอบด้วยบุคคลที่สามารถช่วยให้การประชุมได้ผลจริง
- 4) ข้อมูลที่นำมาเสนอในที่ประชุมต้องมีความหลากหลาย รอบด้าน และเชื่อถือได้
- 5) สมาชิกต้องรักษาความลับของข้อมูลที่อยู่ภายในการประชุมทุกครั้ง
- 6) บรรยากาศในการประชุมควรเป็นไปอย่างอิสระ ผู้ร่วมประชุมสามารถแสดงความคิดเห็นได้อย่างเสรี

5.1.8 การบันทึกผลการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

ตัวอย่างการบันทึกผลการประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

ชื่อ – สกุล นักเรียน เด็กหญิงเอ อายุ 14 ปี เพศ หญิง ชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 2
ผู้เข้าร่วมประชุม

1. รองผู้อำนวยการฝ่ายวิชาการ
2. ครูแนะแนว
3. ครูที่ปรึกษาประจำชั้น
4. ครูภาษาไทย

ปัญหาสำคัญ

1. พุดไม่ชัด
2. ปรับตัวกับเพื่อนไม่ได้ จึงแยกตัวทำกิจกรรมโดยลำพัง

ประวัติอาการ/ลักษณะปัญหา

นักเรียนพุดไม่ชัด ไม่เป็นที่ยอมรับของเพื่อน แยกตัวทำกิจกรรมโดยลำพัง

ประวัติ ส่วนตัว/ โรคประจำตัว / การปรับตัว

นักเรียนมีความสนิทสนมกับแม่และน้องสาว ไม่มีปัญหาสุขภาพกายและโรคประจำตัว ผลการเรียน อยู่ในเกณฑ์ดี พุดภาษาไทยไม่ชัดเจน ทำให้รู้สึกเป็นปมด้อย ปรับตัวกับเพื่อนไม่ได้

ประวัติครอบครัว / การเลี้ยงดู

บิดาชื่อ นายอาชา อายุ 40 ปี มารดาชื่อ นางแม่ อายุ 40 ปี มีลูก 3 คน เป็นลูกคนแรก ของครอบครัว มีน้องชาย 1 คน และน้องสาว 1 คน มีสมาชิกในครอบครัวทั้งหมด 5 คน พ่อ แม่ มีอาชีพค้าขายตามตลาดสด

ลักษณะเด็ก ใบหน้า/ การแต่งกาย / ท่าทาง / การพุด / อารมณ์/การสื่อสาร

สูง 150 ซม. ใบหน้ากลม ตัดผมสั้น แต่งกายเรียบร้อย ท่าทางสุภาพ อ่อนโยน การพุด พุดน้อย พุดไม่ชัด อารมณ์ สงบเยือกเย็น การสื่อสาร ไม่ค่อยพุด เพราะพุดไม่ชัด

สรุปสาเหตุของปัญหา

เป็นลูกคนแรกของครอบครัว และเป็นช่วงที่พ่อแม่ต้องทำมาหากิน โดยการไปขายของที่ตลาดสด ทำให้ไม่ค่อยมีเวลาเลี้ยงดูอย่างใกล้ชิด และไม่ค่อยได้ใช้เวลาในการพูดคุยกับลูกจึงทำให้มีปัญหาในเรื่องพัฒนาการการพูด คือพูดได้ช้ากว่าปกติ

แนวทางการช่วยเหลือ

ปัญหาเร่งด่วน คือ 1. การพูดไม่ชัด

การช่วยเหลือ

1.1 ครูผู้สอนวิชาภาษาไทยช่วยเรื่องการฝึกพูดให้ชัด

1.2 ขอความร่วมมือครูทุกรายวิชาในการส่งเสริมให้นักเรียนได้มีกิจกรรมในการแสดงออก

2. การมีปมด้อยและการปรับตัว ขอความร่วมมือจากครูแนะแนวในการให้คำปรึกษาและครูที่ปรึกษาประจำชั้นในการให้เอื้อให้มีกิจกรรมที่ได้ทำร่วมกับเพื่อนในชั้นเรียน

ข้อเสนอแนะอื่น ๆ

1. เสนอแนะให้นักเรียนได้นำจุดเด่นมานำเสนอตนเอง ได้แก่ การคัดลายมือ และงานประดิษฐ์ เนื่องจากนักเรียนมีประวัติชนะเลิศการประกวดคัดลายมือ และมีฝีมือในงานประดิษฐ์ดอกไม้จากเศษวัสดุเหลือใช้

2. ครูประจำวิชาควรให้นักเรียนนำเสนองานหน้าชั้นเรียน การเป็นผู้นำกลุ่มในการอภิปราย เพื่อให้เพื่อนเกิดการยอมรับ และเป็นพัฒนาทักษะทางการพูด

3. สำหรับครูแนะแนว ควรหาโอกาสพูดคุยให้กำลังใจและเสริมแรง ชี้ให้เห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียน

4. หากดำเนินการตามแนวทางการช่วยเหลือแล้ว ไม่สามารถแก้ปัญหาได้ ให้ผู้รับผิดชอบส่งต่อผู้เชี่ยวชาญอย่างรวดเร็วทันที ได้แก่ การแก้ปัญหาพูดไม่ชัด อาจจะต้องส่งต่อไปพบแพทย์ด้านการฝึกออกเสียงและการพูด

ลงชื่อ ผู้บันทึก

ที่มา: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (2550)

5.2 การส่งต่อ

5.2.1 ความหมายและความสำคัญของการส่งต่อ

1) ความหมาย

การส่งต่อ คือ การส่งตัวนักเรียนไปพบผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้าน เพื่อให้ปัญหาของนักเรียนได้รับการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาย่างถูกต้องและรวดเร็วหากพบว่าปัญหามีความยากต่อการช่วยเหลือ

2) ความสำคัญ

ปัญหาของนักเรียนที่มียุ่งยากซับซ้อน เกินความสามารถของผู้รับผิดชอบในการให้ความช่วยเหลือแก้ไขได้ จำเป็นต้องมีการส่งต่อผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง เพื่อให้ปัญหาของนักเรียนได้รับการช่วยเหลืออย่างเหมาะสม

5.2.2 ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการส่งต่อ

นักเรียนและผู้ปกครอง ครูแนะแนว ครูที่ปรึกษา ครูกลุ่มกิจกรรมนักเรียน พยาบาลวิชาชีพ ผู้เชี่ยวชาญ สหวิชาชีพ

5.2.3 ขั้นตอนการส่งต่อ

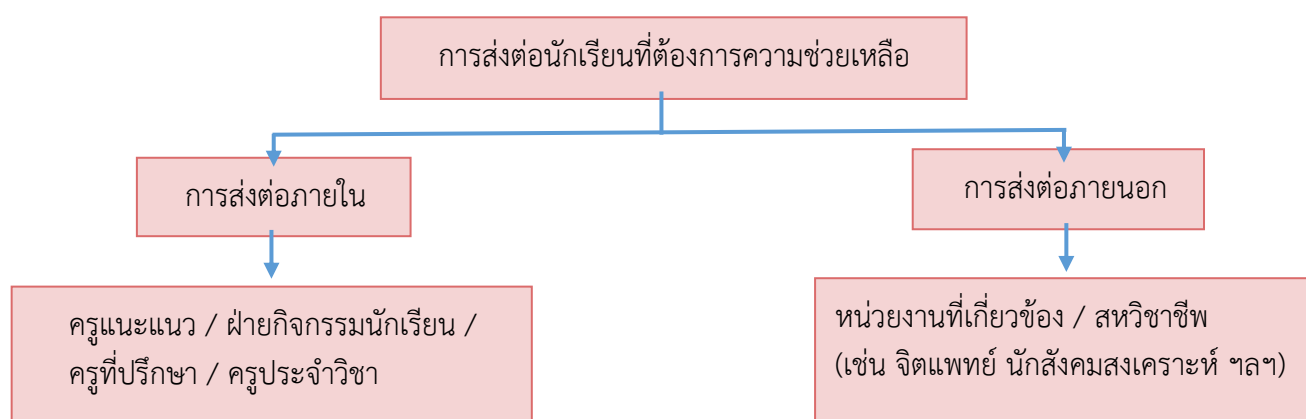
- 1) สอบถามความยินยอมจากนักเรียนและผู้ปกครอง
- 2) ติดต่อประสานงานกับบุคคลภายในหรือผู้เชี่ยวชาญหน่วยงานภายนอกโดยตรง
- 3) ส่งหนังสือ แบบบันทึกการส่งต่อ และทำหนังสือนำส่งพร้อมแนบหลักฐานข้อมูลทะเบียนประวัตินักเรียนไปยังผู้เชี่ยวชาญทั้งภายในและภายนอก

5.2.4 แนวทางการส่งต่อ

แนวทางการส่งต่อมี 2 แนวทาง คือ

- 1) การส่งต่อภายใน คือ การส่งนักเรียนไปรับการช่วยเหลือจากบุคคลภายในโรงเรียน เช่น นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ส่งต่อครูแนะแนว ครูที่ปรึกษาส่งต่อครูแนะแนว ครูพยาบาล ครูกลุ่มกิจการนักเรียน เป็นต้น
- 2) การส่งต่อภายนอก คือ การส่งนักเรียนไปรับการช่วยเหลือจากบุคคลภายนอกโรงเรียน เป็นการแก้ไขปัญหาที่ยากต่อการช่วยเหลือของครูที่ปรึกษา หรือครูแนะแนว เช่น ปัญหาเกี่ยวกับจิตใจ ความรู้สึก ปัญหาพฤติกรรมที่ซับซ้อนหรือรุนแรง ซึ่งอาจเป็นผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทาง ในหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับปัญหาเด็ก เช่น โรงพยาบาลจิตเวช สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

แนวทางการส่งต่อนักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือ มีรายละเอียดดังแผนภาพ



แผนภาพที่ 5 การส่งต่อนักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือ

ที่มา: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา (2550)

5.2.5 การพิจารณาส่งต่อนักเรียนของครู

- 1) นักเรียนมีพฤติกรรมคงเดิม ไม่ดีขึ้นหรือแย่ลง แม้ว่าครูจะช่วยเหลือด้วยวิธีการใดๆ
- 2) นักเรียนไม่ให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือของครู เช่น นัดให้มาพบแล้วไม่มาพบตามนัดอยู่เสมอ ให้ทำกิจกรรมก็ไม่ให้ความร่วมมือใดๆ
- 3) ปัญหาของนักเรียนเป็นเรื่องเฉพาะด้าน เช่น เกี่ยวกับสภาพจิตใจ จำเป็นต้องได้รับการช่วยเหลืออย่างใกล้ชิดควรพิจารณาส่งต่อให้ผู้มีความรู้ ความชำนาญเฉพาะทางดำเนินการให้ความช่วยเหลือ

5.2.6 สิ่งที่ควรคำนึงถึงในการส่งต่อ

- 1) ก่อนการส่งต่อนักเรียน ควรชี้แจงประโยชน์ที่นักเรียนจะได้รับ และถามความสมัครใจด้วย
- 2) การส่งต่อภายนอกควรได้รับอนุญาตจากผู้ปกครอง
- 3) การส่งต่อต้องคำนึงถึงบุคคลหรือแหล่งการให้ความช่วยเหลือเพื่อประโยชน์สูงสุดที่นักเรียนจะได้รับ

5.2.7 การส่งต่อสำหรับนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การให้ความช่วยเหลือเพื่อนนักเรียนที่มีความทุกข์หรือมีปัญหาของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) หากพบว่าเพื่อนหรือนักเรียนที่มาขอรับคำปรึกษามีสภาพปัญหาที่เกินกำลังความสามารถในการช่วยเหลือ นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ควรจะดำเนินการส่งต่อไปยังครูหรือผู้เชี่ยวชาญ ดังตารางนี้

ตารางการเปรียบเทียบการส่งต่อของครูและการส่งต่อของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การส่งต่อของครู	การส่งต่อของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
1. แนวทางการส่งต่อ 1.1 ส่งต่อภายใน 1.2 ส่งต่อภายนอก เช่น นักจิตวิทยาโรงเรียน จิตแพทย์ บุคลากรเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง	1.แนวทางในการส่งต่อ 1.1 ส่งต่อครูแนะแนว
2. ขั้นตอนการส่งต่อ 2.1 ติดต่อประสานกับผู้เชี่ยวชาญโดยตรง (ทั้งภายในและภายนอก) 2.2 ส่งหนังสือ แบบบันทึกการส่งต่อ และทำหนังสือ นำส่งพร้อมแนบหลักฐานข้อมูลนักเรียนไปยัง ผู้เชี่ยวชาญทั้งภายในและภายนอก	2. ขั้นตอนการส่งต่อ 2.1 ติดต่อประสานกับครูแนะแนวโดยตรง 2.2 ส่งข้อมูลเบื้องต้นแบบบันทึกการส่งต่อให้ ครูแนะแนว
3. การพิจารณาส่งต่อนักเรียนของครู 3.1. นักเรียนมีพฤติกรรมคงเดิม ไม่ดีขึ้นหรือแย่ลง แม้ว่าจะช่วยเหลือแล้ว 3.2. นักเรียนไม่ให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือ ของครู 3.3 ปัญหาของนักเรียนเป็นเรื่องเฉพาะด้าน จำเป็นต้อง ได้รับการช่วยเหลือจากผู้เชี่ยวชาญ	3. การพิจารณาส่งต่อ - เป็นปัญหาที่ยากต่อการแก้ไขและเกินกำลัง ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จะแก้ไขได้ ทั้งที่ เป็นปัญหาพฤติกรรมหรือปัญหาทางด้านจิตใจ

แนวปฏิบัติการส่งต่อ

1) การส่งต่อครูแนะแนวโดยนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องขออนุญาตผู้รับการศึกษาในการส่งต่ออย่างเป็นระบบมายังครูแนะแนว/ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา โดยนำเสนอข้อมูลของผู้รับการศึกษา อาทิ แบบบันทึกการให้การปรึกษา

2) การส่งต่อเครือข่ายภายนอกโดยครูแนะแนว/ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา นักเรียนเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) อาจมีส่วนร่วมในการช่วยเหลือครูแนะแนว/ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษา ส่งต่อ โดยการจัดเตรียมข้อมูลในการประชุมปรึกษา

2.1) นักจิตวิทยาโรงเรียน ครูแนะแนว/ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษาประสานขอความร่วมมือในการช่วยเหลือ โดยดำเนินการ 2 ลักษณะ คือ กรณีเร่งด่วน อาทิ การฆ่าตัวตาย ประสานขอความร่วมมือให้นักจิตวิทยาเพื่อแก้ไขปัญหาอย่างเร่งด่วน กรณีปัญหารุนแรงแต่ไม่เร่งด่วน จัดทำหนังสือราชการเพื่อขอความร่วมมือประสานนัดหมาย วัน เวลา เพื่อประชุมแก้ไขปัญหา ทั้งนี้ ครูแนะแนวและนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาต้องเตรียมข้อมูลของผู้รับการศึกษาให้สมบูรณ์ครบถ้วน พร้อมดำเนินการแก้ไขปัญหา

2.2) บุคลากรเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง ครูแนะแนว/ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรมเพื่อนที่ปรึกษาประสานขอความร่วมมือในการช่วยเหลือที่เกี่ยวข้องกับบริบทของบทบาทหน้าที่ของบุคลากรเครือข่าย โดยแจ้งให้ผู้รับการปรึกษาและผู้ปกครองทราบ ครูแนะแนวและนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาต้องเตรียมข้อมูลของผู้รับการปรึกษาให้สมบูรณ์ครบถ้วน พร้อมดำเนินการแก้ไขปัญหา

ทั้งนี้ การส่งต่อดังกล่าวต้องทันเวลา คำนึงถึงความปลอดภัยและข้อกำหนดต่าง ๆ อาทิ พระราชบัญญัติคุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล (Personal Data Protection Act: PDPA) เป็นสำคัญ

นอกจากนี้สถานการณ์ความเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยี เศรษฐกิจ และสังคม ทำให้แนวทางการส่งต่อนักเรียนอาจต้องดำเนินการให้ทันเวลา สอดคล้องกับบริบทของสังคมและสภาพปัญหาของผู้เรียนด้วยการส่งต่อในลักษณะออนไลน์กับบุคคลหรือหน่วยงานต่าง ๆ เพื่อให้แก้ปัญหาและบริหารจัดการได้ทันเวลาและมีประสิทธิภาพ เช่น ส่งต่อผ่าน QR Code หน่วยงานและบริการด้านสุขภาพจิตของกรมสุขภาพจิต โครงการสนับสนุนการแก้ปัญหาพฤติกรรมและสุขภาพจิตผู้เรียน เป็นต้น

จากที่กล่าว สรุปได้ว่า การประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณีและการส่งต่อ เป็นกระบวนการในการช่วยเหลือนักเรียนที่มีปัญหายุ่งยากซับซ้อน ที่จะต้องได้รับการพิจารณาร่วมกันจากผู้เชี่ยวชาญและผู้เกี่ยวข้องหลายฝ่าย เช่น ครูที่ปรึกษา ครูแนะแนว แพทย์ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์ ฯลฯ อันจะทำให้การช่วยเหลือนักเรียนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและตรงตามสภาพปัญหา

หน่วยที่ 6

แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

6.1 ความสำคัญของการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

ด้วยสังคมได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดการแข่งขันกันในด้านต่าง ๆ เกิดภาวะกดดันเป็นอย่างมาก ทำให้นักเรียนเกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมา แผนการศึกษาชาติ (พ.ศ.2560 - 2579) ได้กล่าวถึงปัญหาและความท้าทายของระบบการศึกษาไทยในกลุ่มเด็กวัยเรียน ไม่ว่าจะเป็นปัญหาทางพฤติกรรมและอารมณ์ การขาดทักษะการคิดพิจารณา แยกแยะ คัดกรองข้อมูลข่าวสาร การขาดค่านิยมที่ดีตามบรรทัดฐานของสังคมไทย และการขาดทักษะชีวิต ส่งผลให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาอีกมากมาย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาการติดยาเสพติด การตั้งครุฑก่อนวัยอันควร การใช้ความรุนแรง ขาดความรับผิดชอบในเรียน ไม่วางแผนการศึกษาต่อ หรือการเลือกศึกษาต่อที่ไม่ตรงตามความสนใจ และศักยภาพของตนเองส่งผลให้เกิดปัญหาในการประกอบอาชีพในอนาคต จากที่ได้กล่าวมาข้างต้น หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ.2560) จึงได้กำหนดให้ต้องมีการจัดกิจกรรมแนะแนวเพื่อส่งเสริมพัฒนาสมรรถนะอันพึงประสงค์ให้นักเรียน ให้รู้จักเข้าใจตนเอง รู้จักสิ่งแวดล้อม ส่งเสริมทักษะ กระบวนการคิด การตัดสินใจ การคิดแก้ปัญหา สามารถกำหนดเป้าหมายในชีวิตของตนเองทั้งด้านการศึกษาอาชีพ ตลอดจนสามารถปรับตัวดำรงชีวิตเป็นสมาชิกที่มีคุณภาพในสังคมอย่างมีความสุข ควบคู่การมีคุณธรรม

กระทรวงศึกษาธิการได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของกิจกรรมแนะแนว โดยกำหนดนโยบายให้สถานศึกษาต้องพัฒนาผู้เรียนให้เจริญงอกงามเต็มตามศักยภาพ ด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม เพื่อสร้างภูมิคุ้มกัน สามารถดำรงชีวิตในสังคมไทยและสังคมโลกอย่างพอเพียงและมีความสุขให้ผู้เรียนรู้จัก เข้าใจ รักและเห็นคุณค่าในตนเองและผู้อื่น เข้าใจการเปลี่ยนแปลงของสังคม สามารถวางแผนด้านการศึกษา อาชีพ ส่วนตัวและสังคม ตลอดจนปรับตัวและอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข และพอเพียง มีภูมิคุ้มกันต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ ดังนั้น สถานศึกษาจึงได้ดำเนินการตามนโยบายผ่านกิจกรรมแนะแนว และได้จัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ขึ้น

กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญในส่งเสริม พัฒนา ช่วยเหลือ ป้องกันและแก้ไขปัญหที่เกิดขึ้นกับนักเรียน โดยการดำเนินกิจกรรมจะเชื่อมโยงกับระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เป็นกิจกรรมที่นักเรียนได้มีโอกาสช่วยเหลือนักเรียนด้วยตนเอง เป็นการช่วยเหลือที่สามารถทำได้อย่างรวดเร็วเนื่องจากเป็นการช่วยเหลือแบบเพื่อนช่วยเพื่อนมีความไวใจ เชื่อใจ และกล้าที่จะบอกเล่าสิ่งที่เป็นปัญหาหรือสิ่งที่ต้องการความช่วยเหลือ โดยนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จะมีครูที่ปรึกษากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) คอยดูแลให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิด

6.2 การดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) กับระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน

ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน คือ การส่งเสริม พัฒนา ป้องกันและแก้ไขปัญหให้กับนักเรียน เพื่อให้ให้นักเรียนมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจ มีคุณภาพชีวิตที่ดี มีทักษะในการดำรงชีวิต สามารถปรับตัวและรอดพ้นจากสภาวะวิกฤติต่าง ๆ ได้อย่างปลอดภัย โดยการดูแลช่วยเหลือนักเรียน มีวิธีการดำเนินงานอย่างเป็นระบบ มีครูที่ปรึกษาเป็นบุคลากรในการดูแลและสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน ร่วมกับบุคลากรทุกฝ่ายทั้งภายในและนอกสถานศึกษา ได้แก่ คณะกรรมการสถานศึกษา ผู้ปกครอง ชุมชน ผู้บริหาร และคณะครูทุกคน เพื่อให้การดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนเป็นไปอย่างมีระบบ มีประสิทธิภาพ สามารถตรวจสอบและประเมินผลได้

ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ได้นำมาใช้ในสถานศึกษาโดยทั่วไป ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2544 โดยเป็นผล มาจากการเปลี่ยนแปลงของสังคม การปฏิรูปการศึกษา พัฒนาการของนักเรียน ความต้องการ ของผู้ปกครอง การประกัน

คุณภาพสถานศึกษา ฯลฯ เป็นผลให้โรงเรียนกำหนดกระบวนการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือผู้เรียนซึ่ง ส่งเสริม ป้องกัน และแก้ไข พฤติกรรมของผู้เรียนที่ดำเนินการอย่างมีขั้นตอน พร้อมด้วยวิธีการและเครื่องมือการทำงาน ที่ชัดเจน โดยมีครูที่ปรึกษา/ครูแนะแนวเป็นบุคลากรหลัก ในการดำเนินการดังกล่าว และมีการประสานความร่วมมืออย่างใกล้ชิดระหว่างครูที่เกี่ยวข้องหรือบุคคลภายนอก รวมทั้งมีการสนับสนุน ส่งเสริมจากโรงเรียน โดย กรรกฎ นักคัม (2558) ได้กล่าวถึงบทบาทของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในบทบาทเครือข่าย ของระบบดูแลช่วยเหลือไว้ว่า เป็นนักเรียนที่โรงเรียน คัดสรรแล้วว่า เป็นผู้มีความประพฤติที่เหมาะสม กับการเป็นผู้ให้คำปรึกษา มีจิตอาสา และมีเมตตา ในการรับฟังปัญหาและช่วยเหลือเพื่อนเบื้องต้น ตลอดจนประสานงานกับครูในระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน เพื่อส่งเสริม ป้องกัน แก้ไข พฤติกรรมของเพื่อนที่มีปัญหาไม่รุนแรง

6.2.1 ประโยชน์ของระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน

- 1) นักเรียนได้รับการดูแลช่วยเหลืออย่างทั่วถึง
- 2) เกิดสัมพันธภาพที่ดีระหว่างครูและนักเรียน
- 3) นักเรียนรู้จักและเข้าใจตนเอง ครูรู้จักและเข้าใจนักเรียนเป็นรายบุคคล
- 4) นักเรียนได้รับการส่งเสริมพัฒนาเต็มตามศักยภาพอย่างรอบด้าน
- 5) นักเรียนมีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ มีภูมิคุ้มกันทางจิตใจ

6.2.2 กระบวนการและขั้นตอนของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน

1) การรู้จักนักเรียนเป็นรายบุคคล คือ การรู้ข้อมูลที่เป็นเกี่ยวกับตัวนักเรียนซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ครูรู้จักและเข้าใจนักเรียนมากยิ่งขึ้น ซึ่งข้อมูลที่ได้เป็นข้อมูลเชิงประจักษ์จากเครื่องมือและวิธีการที่หลากหลาย และสามารถนำข้อมูลที่ได้มาพิจารณาส่งเสริม พัฒนา ป้องกัน ช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาให้แก่นักเรียนได้

2) การคัดกรองนักเรียน แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ได้แก่

2.1) กลุ่มปกติ คือ กลุ่มที่ควรได้รับการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันและการส่งเสริมพัฒนาตามความสามารถหรือตามความต้องการของนักเรียน

2.2) กลุ่มเสี่ยง คือ กลุ่มเสี่ยงตามเกณฑ์การคัดกรองของโรงเรียน โรงเรียนต้องให้การป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกรณี

2.3) กลุ่มมีปัญหา คือ กลุ่มมีปัญหาตามเกณฑ์การคัดกรองของโรงเรียน โรงเรียนต้องให้ความช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาอย่างเร่งด่วน

2.4) กลุ่มพิเศษ คือ นักเรียนที่มีความสามารถพิเศษ มีความเป็นอัจฉริยะ มีความสามารถโดดเด่น ซึ่งโรงเรียนต้องส่งเสริมให้นักเรียนได้พัฒนาศักยภาพและความสามารถถึงขั้นสูงสุด

3) การป้องกันและแก้ไขปัญหา ประกอบด้วย

- 3.1) การให้คำปรึกษาเบื้องต้น
- 3.2) การจัดกิจกรรมเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหา

4) การส่งเสริมพัฒนานักเรียน ประกอบด้วย

- 4.1) การจัดกิจกรรมโฮมรูม
- 4.2) การจัดประชุมผู้ปกครอง (Classroom Meeting)
- 4.3) การจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

5) การส่งต่อ แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบ ได้แก่

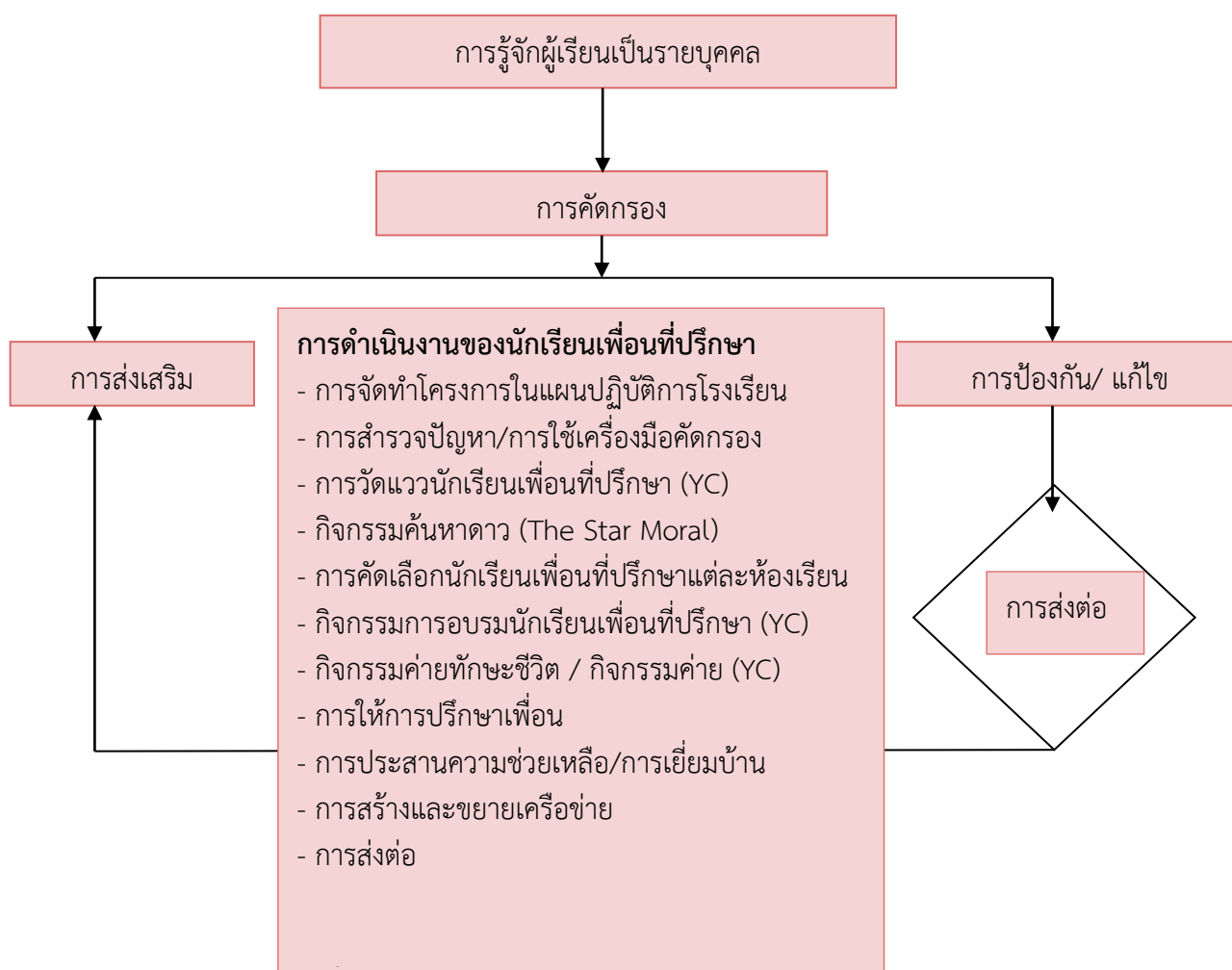
5.1) การส่งต่อภายใน คือ การที่ครูที่ปรึกษาส่งต่อครูแนะแนว ครูพยาบาล ครูประจำวิชา และฝ่ายปกครอง เพื่อให้ช่วยเหลือนักเรียนต่อไป

5.2) การส่งต่อภายนอก คือ การที่โรงเรียนส่งต่อไปยังกลุ่มสวิชาชีพที่มีความเชี่ยวชาญในปัญหานั้น ๆ เนื่องด้วยเป็นปัญหาที่ต้องได้รับการช่วยเหลือจากกลุ่มเฉพาะทาง หรือกลุ่มสวิชาชีพร่วมกันวางแผนช่วยเหลือ

ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนกับการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีความเชื่อมโยงกันจากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่าการที่ครูจะรู้จักและเข้าใจนักเรียนได้นั้นต้องอาศัยการสร้างความสัมพันธ์กับนักเรียนจนเกิดความไว้วางใจ โดยใช้ระยะเวลานานนักเรียนจึงกล้าที่จะพูดคุย ปัญหาต่าง ๆ กับครู โดยเหตุผลนี้จึงมีการจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ขึ้น เพื่อเชื่อมโยงความสัมพันธ์ระหว่างครูและนักเรียนโดยนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทำหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่เพื่อนนักเรียน นอกจากนี้ยังคอยสังเกตพฤติกรรมของเพื่อนนักเรียน หากพบสิ่งผิดปกติหรือพบพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปของเพื่อนนักเรียนก็แจ้งต่อครูที่ปรึกษาได้ทันที จึงทำให้การป้องกัน ช่วยเหลือและแก้ปัญหาเกิดขึ้นได้อย่างรวดเร็วและทันทั่วทั้ง

กระบวนการการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ตามระบบการดูแลช่วยเหลือผู้เรียน

จากกระบวนการทั้ง 5 ขั้นตอนของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนข้างต้น สามารถเชื่อมโยงบทบาทหน้าที่/โครงการต่าง ๆ ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) บูรณาการกับ การดำเนินงานของระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน ตามบริบทของสถานศึกษา ซึ่งขอยกตัวอย่าง การดำเนินงาน ของสถานศึกษาที่เชื่อมโยง อย่างชัดเจนไว้ดังนี้



ที่มา : แผนผังการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) กับระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนของโรงเรียนนครขอนแก่น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 25 พศ. 2561-2562.

จากแผนผังการดำเนินงานกิจกรรม สามารถบูรณาการการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) กับระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนในสถานศึกษาศึกษาดังกล่าวที่พออธิบายเป็นตัวอย่าง ดังนี้มีการจัดทำโครงการในแผนปฏิบัติการโรงเรียนเพื่อพัฒนาและส่งเสริมศักยภาพนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีระบบการรู้จักผู้เรียนเป็นรายบุคคล การคัดกรองนักเรียนสามารถจัดกิจกรรมคัดกรองโดยใช้เครื่องมือทางจิตวิทยา การสำรวจปัญหา หรือกิจกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องการคัดกรองผู้เรียน มีการใช้แบบประเมิน SDQ EQ หรือกระบวนการคัดกรองอื่นๆ เพื่อจัดกลุ่มนักเรียนเป็นกลุ่มต่าง ๆ และในขั้นตอนเดียวกัน ก็สามารถจัดกิจกรรมเพื่อคั่นหานักเรียนที่มีคุณสมบัติที่เหมาะสมในการทำหน้าที่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา เช่น การวัดแววนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา หรือกิจกรรมคั่นหาดาว (The Star Moral) สำหรับการจัดกิจกรรมในกลุ่มส่งเสริมมีการจัดกิจกรรมตามแผนงานในโครงการ เช่น การอบรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) กิจกรรมค่ายทักษะชีวิต ค่าย (YC) การสร้างและขยายเครือข่าย ส่วนในกลุ่มป้องกัน/แก้ไข บทบาทของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) คือ การให้การปรึกษาเพื่อน การประสานความช่วยเหลือเพื่อน การเยี่ยมบ้านและหากมีความจำเป็นในการส่งต่อในกรณีต่างๆ นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) สามารถประสานการช่วยเหลือเพื่อนที่ประสบปัญหา หรือส่งต่อไปยังครูที่ปรึกษา/ครูแนะแนว ในระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนได้ ตามสมควรแก่กรณี

6.3 แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

6.3.1 สถานศึกษา

การดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในสถานศึกษาที่มีประสิทธิภาพและยั่งยืน จะต้องได้รับความร่วมมือจากครู และบุคลากรในสถานศึกษา ซึ่งเป็นหน่วยงานที่ใกล้ชิดกับนักเรียน และเข้าใจสภาพปัญหามากที่สุด การดำเนินงานต้องดำเนินการให้เหมาะสมกับบริบทของแต่ละสถานศึกษา

1) แนวทางการดำเนินงานของสถานศึกษา

- (1) กำหนดนโยบายการพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) โดยผู้บริหารสถานศึกษา และฝ่ายบริหาร
 - (2) จัดทำแผนปฏิบัติการประจำปีของสถานศึกษา
 - (3) คัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
 - (4) จัดอบรมพัฒนาศักยภาพการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เช่น ทักษะการให้การปรึกษา ทักษะชีวิต ความสำคัญของเพื่อน ปัญหาของวัยรุ่น และแนวทางแก้ไข
 - (5) ฝึกปฏิบัติการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อให้เกิดความมั่นใจในการช่วยเหลือเพื่อน
 - (6) ให้บริการการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนที่ต้องการความช่วยเหลือ
 - (7) รายงานผลการปฏิบัติงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
 - 2) บทบาทหน้าที่ของผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในสถานศึกษา
- การดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้บรรลุตามวัตถุประสงค์ ต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคลากรที่เกี่ยวข้องทุกฝ่าย โดยได้กำหนดบทบาทหน้าที่และแนวทางการดำเนินงานของแต่ละฝ่าย ดังนี้

2.1) ผู้บริหารสถานศึกษา

ผู้บริหารสถานศึกษาจะต้องกำหนดทิศทางในการบริหารจัดการ โดยจัดทำแผนพัฒนาคุณภาพการศึกษาของสถานศึกษา ซึ่งกำหนดวิสัยทัศน์ พันธกิจ เป้าประสงค์ และกลยุทธ์พร้อมตัวชี้วัดความสำเร็จกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มอบหมายผู้รับผิดชอบ เช่น รองผู้อำนวยการ/หัวหน้างาน หรือผู้ที่ได้รับมอบหมายไว้อย่างชัดเจน โดยมีแนวทางการดำเนินการ ดังนี้

- (1) ศึกษานโยบายและแนวทางของกระทรวงศึกษาธิการในการพัฒนาผู้เรียน
- (2) ศึกษารายละเอียด นโยบาย แนวทางการจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

ข อ ง ส ำ น ัก ง ำน ค ณ ะ ก ร ร ม ก าร ก าร ศ ี ก ษ า ขั น พื น ฐ ำน

(3) ส่งเสริม สนับสนุน กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในโรงเรียนตามนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยให้ถือว่าเป็นหนึ่งในพันธกิจที่สำคัญของโรงเรียน

- (4) ประสานงานกับเครือข่ายสหวิชาชีพ
- (5) อนุมัติให้ดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (6) จัดประชุมหรือมอบหมายงาน ชี้แจงทำความเข้าใจให้คณะทำงาน
- (7) ดำเนินการกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (8) นิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผล
- (9) ประเมินผลการปฏิบัติงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (10) สร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ผู้ที่ปฏิบัติงาน
- (11) ทบทวนผลการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (12) พัฒนาการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

2.2) ครูแนะแนวหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย

ครูแนะแนวหรือผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็นบุคคลสำคัญที่จะนำกลยุทธ์สู่การปฏิบัติ โดยจัดทำแผนปฏิบัติการประจำปี ทั้งนี้จะต้องกำหนดให้มีโครงการพัฒนานักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) โดยมีแนวทางการดำเนินการ ดังนี้

- (1) เขียนแผนงานโครงการพัฒนานักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (2) กำหนดกิจกรรมเพื่อการดำเนินงาน
- (3) กำหนดปฏิทินกิจกรรมและกำหนดการต่าง ๆ
- (4) จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะทำงานเพื่อกำหนดผู้รับผิดชอบในระดับสถานศึกษาให้ชัดเจน
- (5) จัดทำงบประมาณการจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) รวมทั้งสถานที่ที่ใช้ทำ

กิจกรรม วัสดุ อุปกรณ์และรายละเอียดประกอบการพิจารณา

- (6) จัดทำคำสั่งแต่งตั้งให้แก่ผู้ที่เกี่ยวข้องและดำเนินการตามคำสั่งการแต่งตั้งตามที่ได้รับ

มอบหมาย

(7) คัดเลือกนักเรียนที่มีคุณสมบัติเหมาะสมเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และพัฒนานักเรียนให้มีศักยภาพการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ได้อย่างสมบูรณ์

(8) ทำหน้าที่เป็นที่ปรึกษาให้กับกลุ่มนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) รวมทั้งพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

(9) ประสานงานการทำงานร่วมกับทีมเครือข่ายภายในโรงเรียนและเครือข่ายภายนอก เช่น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ภาควิชา ชุมชน องค์กร ต่าง ๆ เพื่อเชื่อมโยงแลกเปลี่ยนเรียนรู้กระบวนการพัฒนา

(10) จัดประชุม ปรึกษาหารือระหว่างเครือข่ายภายในและภายนอก เช่น ครูแนะแนว ครูที่ปรึกษานักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา หรือบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องในกรณีมีปัญหาสำคัญ

(11) ศึกษาเรียนรู้รายกรณี และประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี

(12) ให้ความสำคัญโดยการยกย่อง เชิดชูเกียรตินักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ด้วยการมอบเกียรติบัตร เชิดชูเกียรติ เป็นต้น

(13) สรุปผลการดำเนินงาน ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ

(14) รายงานผลการดำเนินงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ประกอบด้วย

- บันทึกขออนุญาตจัดกิจกรรม
- แผนการจัดกิจกรรม
- คำสั่งแต่งตั้งคณะทำงาน
- รายละเอียดประกอบการพิจารณาเรื่องอื่นๆ (ถ้ามี)

- บันทึกเสนอรายงานผลการจัดกิจกรรม
- แบบรายงานผลการจัดกิจกรรม
- แบบประเมินผลการจัดกิจกรรม
- รายละเอียดการใช้จ่ายเงิน
- ภาพกิจกรรม
- ผลงานเอกสาร หลักฐาน ร่องรอยการดำเนินการ

2.3) ครูที่ปรึกษา

ครูที่ปรึกษาเป็นบุคคลที่อยู่ใกล้ชิดกับนักเรียนมากที่สุดและมีความสำคัญยิ่งในการดูแลช่วยเหลือนักเรียน โดยมีแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

- (1) ศึกษาและพัฒนาความรู้ ความเข้าใจในการดำเนินงานโครงการนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (2) คัดเลือกนักเรียนที่มีคุณสมบัติเหมาะสมเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (3) เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (4) ประชุมวางแผนร่วมกับกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อกำหนดทิศทางการทำงานและปฏิทินปฏิบัติงาน
- (5) ประสานการทำงานร่วมกับเครือข่ายกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เช่น ครูแนะแนว ครูอื่น ๆ ชุมชน องค์กรที่สนับสนุน เป็นต้น
- (6) เป็นที่ปรึกษา สนับสนุน การปฏิบัติงานของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (7) จัดประชุม ปรึกษา ระหว่างเครือข่ายภายใน ภายนอก เช่น ครูที่ปรึกษากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ครูแนะแนว หรือบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องในกรณีที่มีปัญหาสำคัญ
- (8) ประเมินผลการปฏิบัติงานร่วมกับครูแนะแนว รวบรวมข้อมูล รายงานผลให้ผู้บริหารทราบ ตามปฏิทินการปฏิบัติงาน
- (9) สร้างขวัญและกำลังใจ ให้การยกย่องนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (10) ศึกษานักเรียนรายกรณี และประชุมปรึกษานักเรียนรายกรณี ระหว่างเครือข่ายภายใน ภายนอก เช่น ครูแนะแนว ครูที่ปรึกษากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) หรือบุคคลอื่นที่เกี่ยวข้องในกรณีที่มีปัญหาสำคัญ

2.4) นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เป็นเป้าหมายสำคัญที่สถานศึกษาจะต้องให้ความสำคัญ ดังนั้นนักเรียนที่จะทำหน้าที่เป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ได้ จะต้องได้รับการพัฒนาองค์ความรู้ต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยเน้นทักษะการให้คำปรึกษา ทักษะการช่วยเหลือ ทักษะการคิดเชิงระบบ และการฝึกปฏิบัติ โดยมีแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

- (1) ศึกษา บทบาทหน้าที่ของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (2) ประชุมวางแผนจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และกำหนดปฏิทินปฏิบัติงาน ร่วมกับผู้รับผิดชอบกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (3) เข้ารับการพัฒนาดตนเองเพื่อเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ที่ดีและมีประสิทธิภาพ
- (4) ปฏิบัติหน้าที่ให้คำปรึกษาแก่เพื่อนนักเรียน
- (5) ส่งต่อในกรณีที่เกินความสามารถของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (6) ประเมินผลการทำงานตามเป้าหมายที่กำหนดไว้
- (7) ประเมินความพึงพอใจของผู้มารับบริการ
- (8) ทบทวนผลการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และรายงานผลการดำเนินงานให้ผู้เกี่ยวข้อง ได้แก่ ครูผู้ควบคุมดูแลโครงการ และฝ่ายบริหาร

(9) พัฒนาการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

2.5) ผู้ปกครอง สหวิชาชีพ และนักจิตวิทยาโรงเรียน

การดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จะประสบผลสำเร็จได้ต้องอาศัยความร่วมมือจากผู้ปกครอง สหวิชาชีพ และนักจิตวิทยาโรงเรียน ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่สถานศึกษาต้องให้ความสำคัญและสร้างความเข้าใจ ให้ผู้ปกครอง สหวิชาชีพ และนักจิตวิทยาโรงเรียน มีส่วนร่วมในส่งเสริมพัฒนา ป้องกันและแก้ไขปัญหาของนักเรียน โดยมีแนวทางการดำเนินงาน ดังนี้

- (1) ทำความเข้าใจกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (2) ส่งเสริม สนับสนุน และมีส่วนร่วมในการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- (3) ให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือ ป้องกัน แก้ไขปัญหาของนักเรียนในกรณีที่ได้รับ

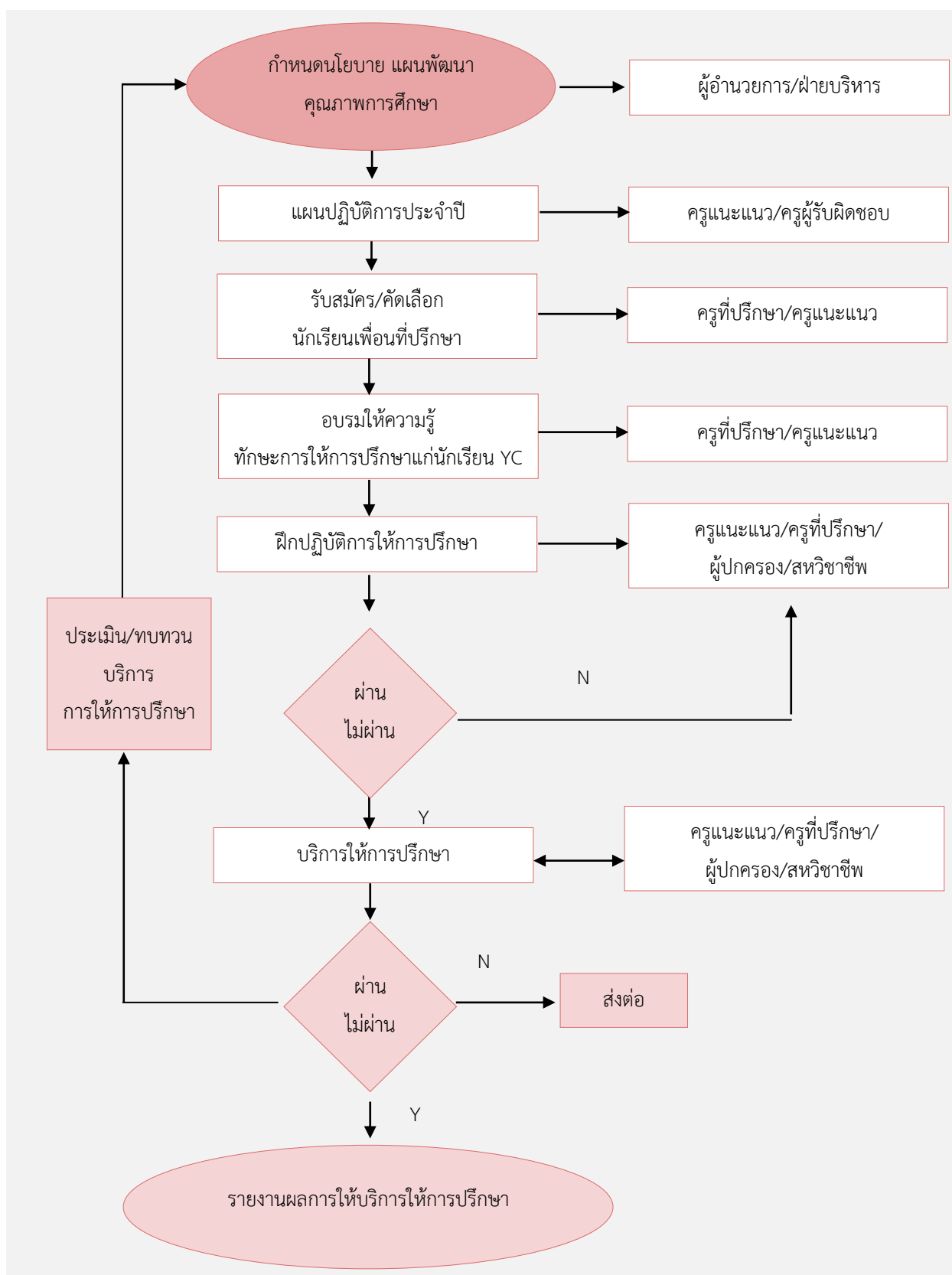
การส่งต่อ

(4) ประสานงานกับเครือข่ายอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริม สนับสนุน ช่วยเหลือ ให้การดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา

(5) มีส่วนร่วมในการประเมินผลการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

(6) มีส่วนร่วมในการปรับปรุงวิธีการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้มีความยั่งยืนในสถานศึกษา

แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ระดับสถานศึกษา



แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา ระดับสถานศึกษา
(ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2549)

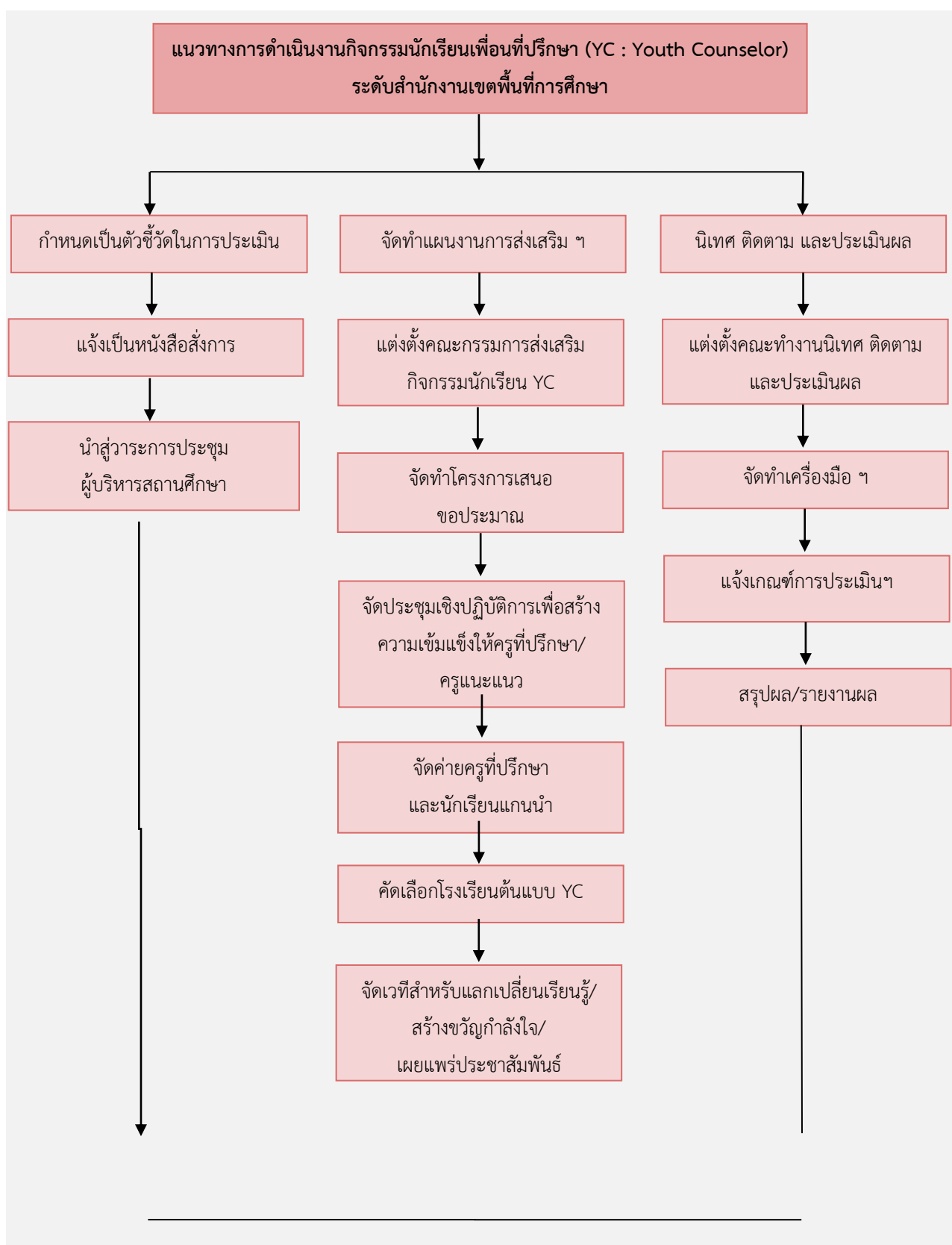
6.3.2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

การขับเคลื่อนกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จะต้องได้รับความร่วมมือจากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ทั้งนี้เพื่อเป็นหน่วยงานที่ให้การปรึกษา แนะนำ ส่งเสริม สนับสนุน บุคลากรผู้รับผิดชอบ ประสานงาน ตลอดจนการนิเทศ กำกับ ติดตามและประเมินผล เพื่อให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาทั้งระดับมัธยมศึกษาและประถมศึกษา มีแนวทางในการพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้มีความเข้มแข็ง และยั่งยืนต่อไป

แนวทางการดำเนินงานของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

- 1) กำหนดมาตรการให้ทุกโรงเรียนส่งเสริมกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- 2) กำหนดบทบาทให้ทุกโรงเรียนจัดทำแผนงานการขับเคลื่อนกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และรายงานผลต่อสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาย่างน้อยปีการศึกษาละ 1 ครั้ง
- 3) ประชุมชี้แจงผู้บริหารสถานศึกษา/ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อรับทราบแนวทางดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- 4) จัดทำแผนงานการส่งเสริมกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในแผนปฏิบัติการประจำปี
- 5) แต่งตั้งคณะกรรมการส่งเสริมกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อกำหนดผู้รับผิดชอบ
- 6) จัดทำโครงการส่งเสริมการจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อเสนอของบประมาณ
- 7) จัดการประชุมเชิงปฏิบัติเพื่อสร้างความเข้มแข็งให้ครูแนะแนว/ครูที่ปรึกษา ในการขับเคลื่อนกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) โดยประสานความร่วมมือระหว่างศูนย์พัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ศูนย์แนะแนวประจำสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา เพื่อเป็นวิทยากร/จัดอบรมตามหลักสูตรของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
- 8) จัดอบรมครูที่ปรึกษากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และนักเรียนแกนนำนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา เพื่อเตรียมความพร้อมสำหรับบุคลากรในการขับเคลื่อนกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในสถานศึกษา
- 9) คัดเลือกโรงเรียนที่มีผลการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ดีเด่นระดับเขตพื้นที่การศึกษาเพื่อยกย่องเชิดชูเกียรติและเป็นแบบอย่างที่ดี
- 10) จัดเวทีสำหรับแลกเปลี่ยนเรียนรู้โรงเรียนที่จัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) พร้อมทั้งพิธีมอบโล่รางวัล/เกียรติบัตร เพื่อเป็นขวัญกำลังใจแก่บุคลากรที่ดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และเผยแพร่ประชาสัมพันธ์กิจกรรม
- 11) การนิเทศ ติดตาม และประเมินผล การจัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
 - (1) แต่งตั้งคณะทำงานนิเทศ ติดตาม และประเมินผล ระดับเขตพื้นที่การศึกษา
 - (2) จัดทำคู่มือในการนิเทศ ติดตาม และประเมินผล
 - (3) สรุปรายงานผลการประเมิน นำผลการประเมินมาปรับปรุงและพัฒนา แล้วรายงานผลการดำเนินงานต่อหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ระดับสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา



ภาพประกอบที่ 1 แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ระดับเขตพื้นที่

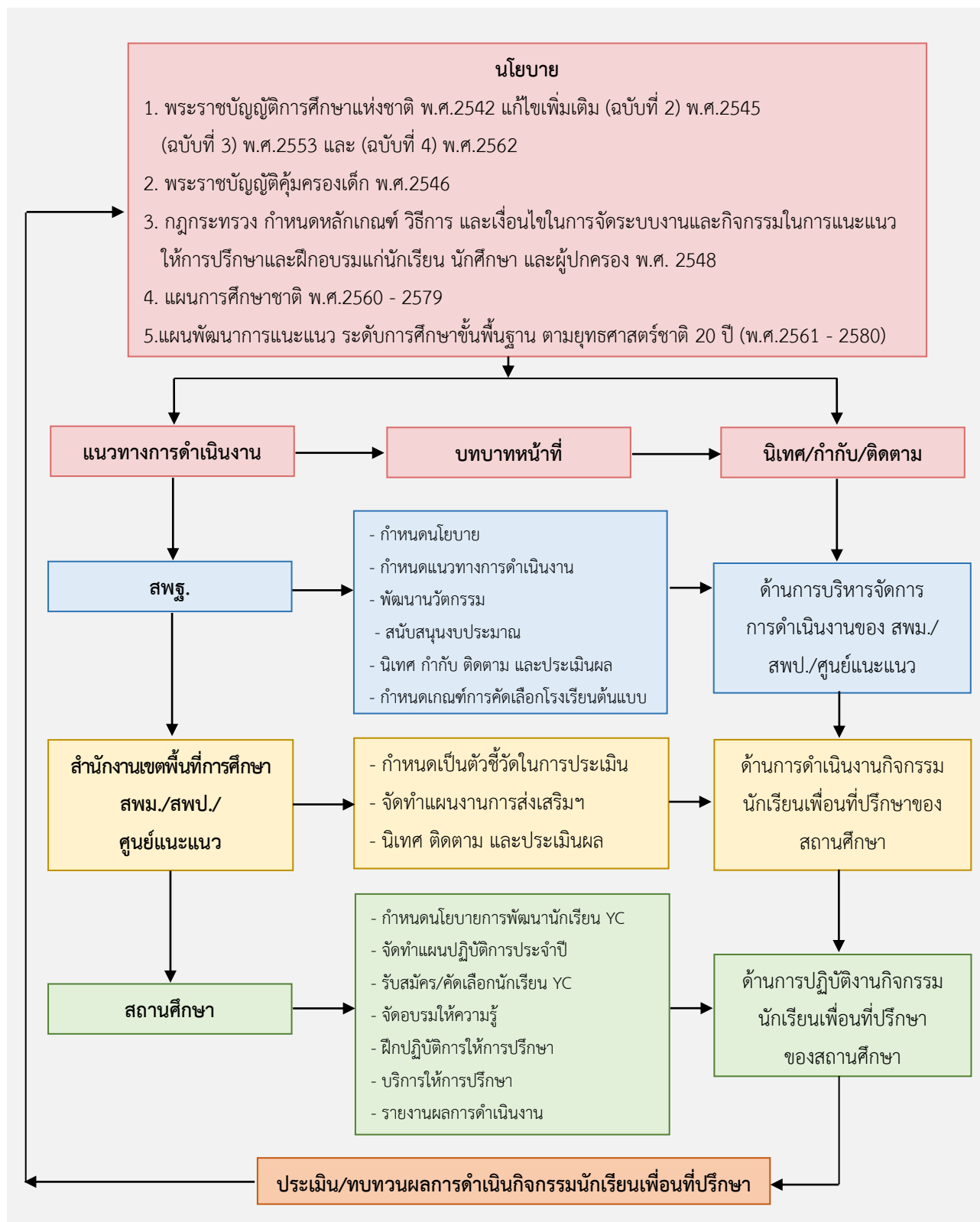
6.3.3 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ได้ดำเนินการพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) อย่างต่อเนื่องมาตั้งแต่ปี พ.ศ.2550 จากการวิเคราะห์ความสำเร็จของการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) พบว่า ครู บุคลากร สถานศึกษา และชุมชน มีส่วนสำคัญในการดำเนินงานให้ประสบความสำเร็จ อย่างไรก็ตามหากจะเสริมสร้างความเข้มแข็งของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จำเป็นต้องมีระบบบริหารงานและการขับเคลื่อนที่มีประสิทธิภาพ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จึงได้กำหนดนโยบายการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เป็นตัวชี้วัดในการประเมินการปฏิบัติงานประจำปีของทุกสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

แนวทางการดำเนินงานสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

- 1) กำหนดและสั่งการให้ทุกเขตพื้นที่การศึกษาดำเนินการขับเคลื่อนกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา
 - 2) จัดทำแนวทาง/คู่มือการดำเนินงานให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา/สถานศึกษา
 - 3) พัฒนานวัตกรรมเกี่ยวกับกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
 - 4) ขยายเครือข่ายศูนย์พัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) โดยการคัดเลือกจากโรงเรียนซึ่งเป็นตัวแทนระดับเขตพื้นที่การศึกษา
 - 5) สนับสนุนงบประมาณให้สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเพื่อพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาในสถานศึกษา
 - 6) กำหนดเกณฑ์การประเมินและคัดเลือกโรงเรียนที่จัดกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้นแบบ
 - 7) นิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ทั้งในระดับเขตพื้นที่การศึกษาและสถานศึกษา

แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
ระดับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน



แนวทางการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
 ระดับ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

6.3.4 เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้ครอบคลุมทุกกลุ่มเป้าหมาย และบรรลุผล จำเป็นยิ่งที่จะต้องอาศัยการมีส่วนร่วมของทุกคนในสังคม และเพื่อให้เกิดความชัดเจนในการปฏิบัติงานให้สอดคล้องไปในทิศทางเดียวกันอย่างมีคุณภาพการประสานงานและการสร้างความร่วมมือร่วมใจในการทำงานจึงเป็นสิ่งสำคัญ ซึ่งสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา สถานศึกษา ควรประสานความร่วมมือทั้งภาครัฐและเอกชน เช่น กรมสุขภาพจิต ศูนย์อนามัยเขตฯ สาธารณสุขจังหวัด อำเภอ โรงพยาบาล องค์การบริหารส่วนท้องถิ่น การปกครองพิเศษ กระทรวงมหาดไทย กระทรวงกลาโหม กระทรวงแรงงาน และสวัสดิการสังคม สื่อมวลชน สำนักงานตำรวจแห่งชาติ องค์การเอกชน องค์การอิสระ ซึ่งมีความสามารถให้การสนับสนุน และให้ความร่วมมือได้

แนวทางการดำเนินงานเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

- 1) ให้การปรึกษาแนะนำเกี่ยวกับพฤติกรรมและพัฒนาการของเด็กวัยต่าง ๆ
- 2) สอดส่องดูแลให้ความช่วยเหลือเด็กและเยาวชนทั้งด้านความปลอดภัยและการแก้ปัญหาพฤติกรรม
- 3) ร่วมมือกับสถานศึกษาจัดกิจกรรมส่งเสริมนักเรียนให้ได้รับการพัฒนาตามศักยภาพของแต่ละบุคคล
- 4) เป็นแหล่งการเรียนรู้และฝึกงานและเพิ่มพูนประสบการณ์แก่นักเรียนตามความรู้ความสามารถ ความสนใจ และความถนัด
- 5) ติดตามผล สะท้อนปัญหา และแสดงความคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินการดูแลช่วยเหลือนักเรียน
- 6) ให้ความร่วมมือและแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เผยแพร่ข้อมูล ข่าวสาร สารสนเทศที่เป็นประโยชน์และน่าสนใจ
- 7) ให้การสนับสนุนและเป็นเครือข่ายในการพัฒนาและขยายผลการดำเนินงานดูแลช่วยเหลือนักเรียนอย่างต่อเนื่อง

6.3.5 การสร้างเครือข่ายเพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านการดำเนินงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีความจำเป็นต้องมีเครือข่ายทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน เพื่อสามารถทำให้การดำเนินงานมีประสิทธิภาพ และประสบความสำเร็จและยั่งยืน จำเป็นต้องได้รับความร่วมมือ ร่วมใจจากผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับนักเรียนหลายฝ่าย เช่น เครือข่ายของเพื่อนนักเรียนภายในและภายนอกโรงเรียน ผู้ปกครอง บุคลากรด้านสุขภาพกาย/จิต สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

ดังนั้น ครูแนะแนว/ครูที่ปรึกษาต้องมีความสามารถในการสร้างและประสานงานกับเครือข่ายที่เกี่ยวข้องเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการดำเนินงานให้สมบูรณ์มากขึ้น

ทักษะที่จำเป็นในการส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินงาน

ทักษะที่จำเป็นของครูในการส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินงานกิจกรรมของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ได้แก่

- การสอนแนะ (Coaching)
- การทำงานแบบมีส่วนร่วม
- การติดตามและประเมินผลการดำเนินงาน
- การประชาสัมพันธ์และเผยแพร่

แนวทางปฏิบัติในการสร้างเครือข่ายของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ภายในโรงเรียน

- กระตุ้นให้นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จัดตั้งเครือข่าย นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในห้องเรียน/ระดับ/โรงเรียน

- ประชาสัมพันธ์โครงการนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
- เข้าร่วมประชุมคณะกรรมการเครือข่าย
- ผลักดันให้มีการจัดตั้งคณะกรรมการเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในโรงเรียน
- ประเมินผลการดำเนินงานเชิงเครือข่าย

แนวทางการดำเนินงานของบุคลากรผู้ทำหน้าที่ประสานงานเครือข่ายของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ควรมีแนวปฏิบัติในการดำเนินงานเพื่อสนับสนุนการดำเนินงานของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ระหว่างโรงเรียน เขตพื้นที่ ตลอดจนองค์กรด้านเยาวชนที่มีการดำเนินงานที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน ดังนี้

- ด้านการวางแผนกลยุทธ์ของเครือข่าย ในการส่งเสริมสนับสนุน นิเทศกำกับติดตาม การดำเนินงานนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ตลอดจน ส่งเสริม สนับสนุน นิเทศ กำกับ ติดตาม สู่เป้าหมาย ตามบทบาทหน้าที่ของแต่ละกลุ่มเป้าหมาย

- ด้านการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ผู้ดำเนินงานด้านเครือข่าย ควรมีความสามารถในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ เกี่ยวกับการจัดการจัดการความรู้ การสร้างเครือข่ายเพื่อการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ และการถอดบทเรียนสู่การปฏิบัติ

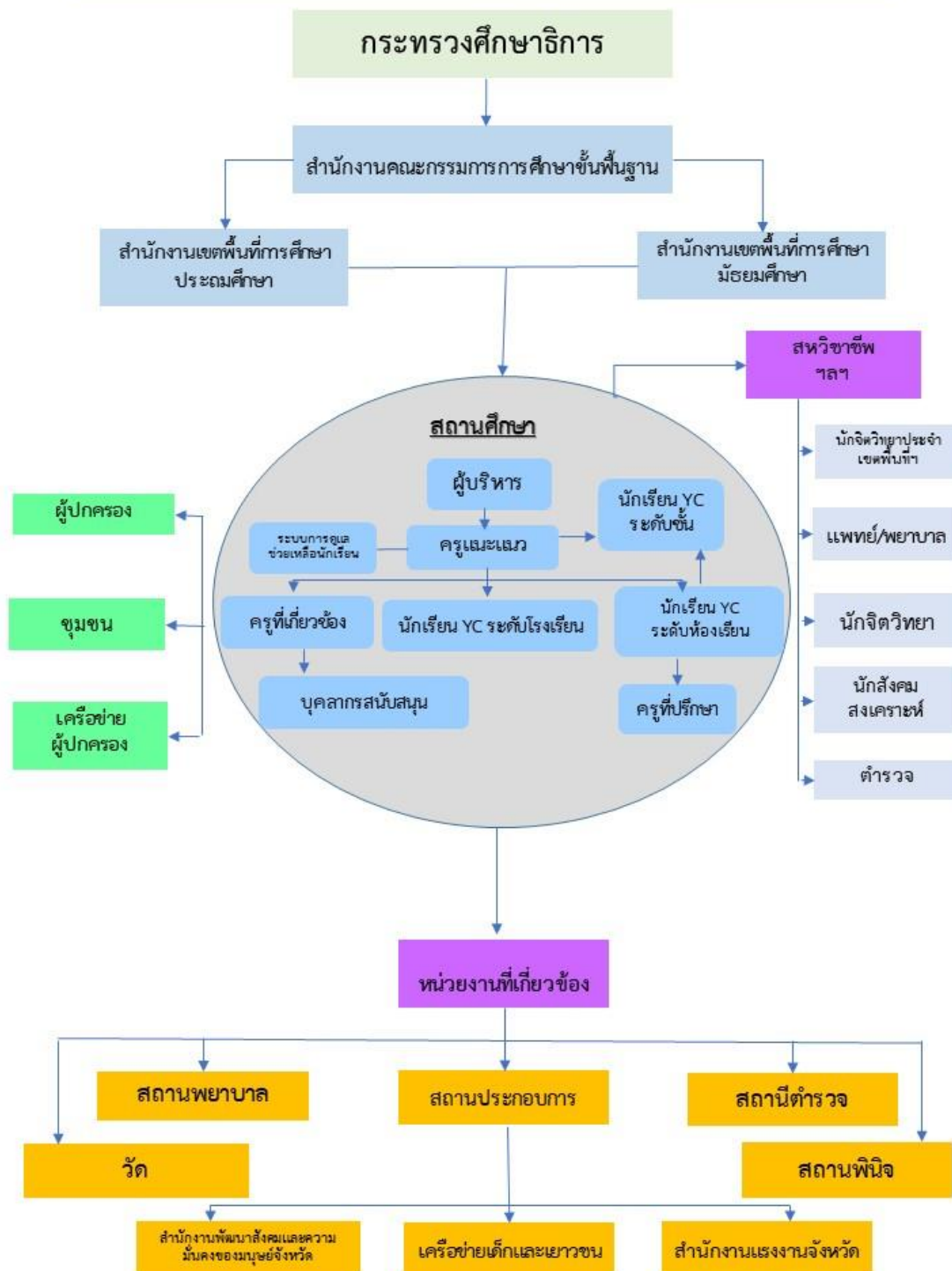
- ด้านการกำหนดนโยบายและกลยุทธ์การขับเคลื่อนนโยบายเพื่อการปฏิบัติกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้ประสบความสำเร็จและยั่งยืน เป็นความสามารถในการดำเนินการผลักดันกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เกี่ยวกับการกำหนดนโยบายที่ชัดเจนสู่การลงมือปฏิบัติ บทบาทหน้าที่ของผู้มีส่วนเกี่ยวข้อง การสร้างขวัญกำลังใจ และการนิเทศติดตาม

โครงสร้าง การดำเนินงานเครือข่ายของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เป็นปัจจัยสำคัญความสำเร็จของการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) โดยทั่วไปนักวิชาการเข้าใจว่าเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีวัตถุประสงค์เพื่อการส่งต่อนักเรียนที่มีปัญหาหรือมีความจำเป็นที่ต้องการได้รับการแก้ไขและพัฒนา แต่ปัจจุบันการพัฒนาเครือข่ายมีวัตถุประสงค์สำคัญอีกประการคือการสร้างเครือข่ายเพื่อเสริมพลังการปฏิบัติงาน เช่น การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การสอบทานความคิด การวางแผนการดำเนินงาน ฯลฯ

ทั้งนี้เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ที่มีประสิทธิภาพควรมีบริบทครอบคลุมการปฏิบัติทั้งภายในและภายนอกสถานศึกษา มีการดำเนินการสร้างเครือข่ายที่หลากหลายมิติ โดยเริ่มจากการระเบิดจากข้างในคือนักเรียนที่ปรึกษา ครูแนะแนว ครูและบุคลากรที่เกี่ยวข้องซึ่งเป็นเครือข่ายภายในสถานศึกษา ส่วนเครือข่ายภายนอกนิยมจำแนกเป็น 3 บริบท คือ ชุมชน สหวิชาชีพ และสหวิชาชีพ โดยดำเนินการประสานสัมพันธ์อย่างเป็นระบบ ทั้งนี้สามารถนำเสนอรายละเอียดได้ดังภาพต่อไปนี้

โครงสร้าง การดำเนินงานเครือข่ายของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)



6.4 การนิเทศ กำกับติดตาม และประเมินผลกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผลกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เป็นหน้าที่ของผู้เกี่ยวข้องในดำเนินงานให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของการจัดกิจกรรม ทั้งสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาและสถานศึกษา ซึ่งจะต้องมีการนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผล โดยมีแนวทางการนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผล ดังนี้

6.4.1 สถานศึกษา

1) กำหนดผู้รับผิดชอบในการนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผลกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษาในสถานศึกษา

2) นิเทศการปฏิบัติงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ของบุคลากรในสถานศึกษา

3) ติดตามและประเมินผลกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ในสถานศึกษา

4) รายงานและนำผลการประเมินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ไปใช้ในการพัฒนา

6.4.2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา

1) ให้การปรึกษา ส่งเสริม สนับสนุนสถานศึกษาให้สามารถดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2) อบรมสัมมนาผู้บริหาร ครูแนะแนว ครูที่ปรึกษา และบุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำความรู้ไปเป็นแนวทางการนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผลการพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

3) วิเคราะห์ วิจัย เพื่อพัฒนาการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

4) นิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผล การดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ของสถานศึกษา ศูนย์พัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และศูนย์แนะแนวประจำสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ให้เป็นไปตามนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

6.4.3 สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

1) ให้การปรึกษา ส่งเสริม สนับสนุนสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาให้สามารถดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2) อบรมสัมมนาศึกษานิเทศก์ เพื่อนำความรู้ไปเป็นแนวทางการนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผลการพัฒนากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

3) วิเคราะห์ วิจัย เพื่อพัฒนาการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

4) นิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผลการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ของสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ให้เป็นไปตามนโยบายของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน

6.4.4 เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

1) ผู้บริหาร ให้ความสำคัญและตระหนักถึงความสำคัญของกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ส่งเสริม สนับสนุน อำนวยความสะดวกการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้เป็นไปอย่างราบรื่นและต่อเนื่อง

2) ครูแนะแนว ประสานงานการดำเนินงานบริการส่งต่อ ติดตาม และประเมินผลกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อพัฒนาการดำเนินงานต่อไป

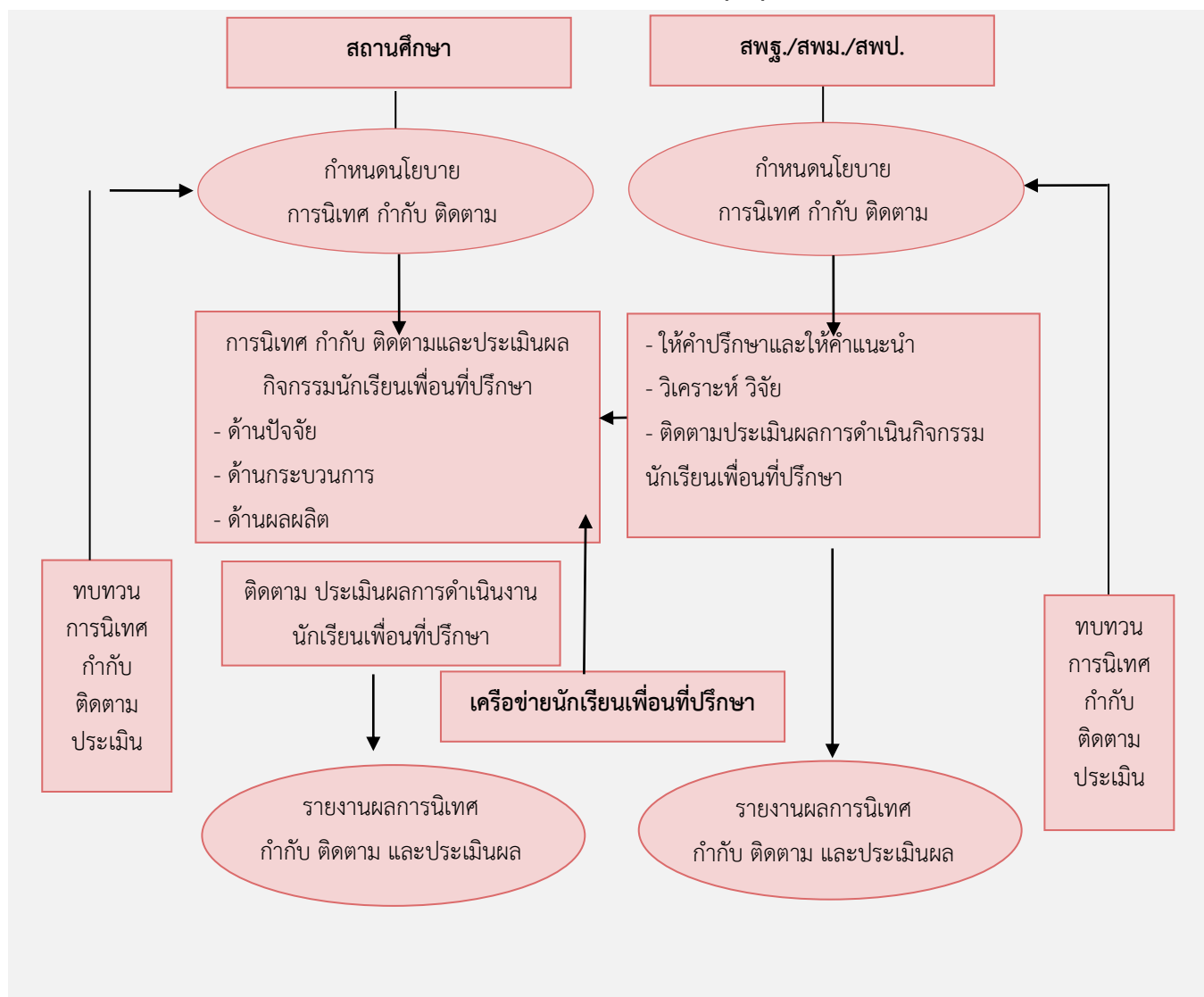
3) ครูที่ปรึกษา ให้ความร่วมมือในการดำเนินกิจกรรม พร้อมทั้งมีส่วนร่วมในการส่งเสริม พัฒนา ปกป้องและแก้ไขปัญหาของนักเรียน

4) เครือข่ายผู้ปกครอง ร่วมมือกับโรงเรียนในการให้ข้อมูลต่าง ๆ เพื่อส่งเสริม พัฒนา ปกป้องและแก้ไขปัญหาของนักเรียน และสนับสนุนการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

5) นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) สะท้อน ผลการปฏิบัติงานการดำเนินงานกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อเป็นข้อมูลในการปรับปรุงและพัฒนาต่อไป

6) สหวิชาชีพ ให้ความร่วมมือในการส่งต่อจากโรงเรียนและเป็นที่ปรึกษาในกรณีต่าง ๆ ที่ต้องการความช่วยเหลือเฉพาะด้าน สนับสนุนวิทยากรให้ความรู้แก่ครูที่ปรึกษาและนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผล
กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)



ภาพที่ 1 การนิเทศ กำกับ ติดตาม และประเมินผลกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
(ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. 2549)

6.5 การสร้างความยั่งยืนในการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

การสร้างความยั่งยืนในการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องอาศัยแรงขับเคลื่อนจากทุกฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นกลุ่มนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ครูที่ปรึกษากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ครูแนะแนว คณะครูและผู้บริหารสถานศึกษา ผู้ปกครอง สหวิชาชีพ เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และหน่วยงานต้นสังกัด ที่จะต้องสนับสนุนด้านบุคลากร สถานที่ และการจัดสรรงบประมาณในการดำเนินงาน เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่นและยั่งยืน โดยการสร้างความยั่งยืนในการดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เกิดขึ้นจากปัจจัยดังต่อไปนี้

6.5.1 นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องมีความเสียสละ อดทน มุ่งมั่นในการช่วยเหลือเพื่อน ยอมรับความแตกต่างระหว่างบุคคล รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่นและมีการพัฒนาตนเองอยู่เสมอ

6.5.2 ครูที่ปรึกษากิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต้องกำหนดแผนการดำเนินงานประจำปีให้ชัดเจนเพื่อให้การดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) บรรลุเป้าหมาย พร้อมทั้งสรุปและรายงานผลการปฏิบัติงาน นอกจากนี้ต้องจัดกิจกรรมให้นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในการปฏิบัติงาน คอยให้คำแนะนำเมื่อนักเรียนประสบปัญหาในการดำเนินงาน นำนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) พบปะรวมกลุ่มกับเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ซึ่งจะเกิดผลดีในการพัฒนาตนเองของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และยังได้แนวทางในการดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ต่อไป

6.5.3 คณะครู ผู้บริหารสถานศึกษา หน่วยงานต้นสังกัด ต้องให้ความสำคัญกับกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เข้าใจในแนวทางการปฏิบัติงาน ให้ความร่วมมือ ช่วยเหลือ สนับสนุนด้านบุคลากร สถานที่ และการจัดสรรงบประมาณในการดำเนินงาน พร้อมทั้งกำกับติดตามผลการดำเนินงานอย่างใกล้ชิด

6.5.4 ผู้ปกครองและสภานักเรียน ผู้ปกครองต้องให้ความร่วมมือในการช่วยเหลือหรือพัฒนานักเรียนและเข้าใจแนวทางในการปฏิบัติงาน ให้ข้อมูลต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ตามกรณีนั้น ๆ และสภานักเรียนให้ความร่วมมือในการรับส่งต่อกรณีที่เป็นปัญหาเฉพาะทางหรือกรณีที่ต้องการความช่วยเหลือพิเศษจากผู้เชี่ยวชาญในสาขานั้น ๆ พร้อมทั้งสนับสนุนบุคลากรให้ความรู้แก่นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ครูที่ปรึกษา กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ผู้ปกครอง และบุคคลที่มีส่วนเกี่ยวข้อง

6.5.5 เครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เป็นศูนย์รวมเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) และครูที่ปรึกษา กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) จะได้เรียนรู้จากประสบการณ์จริงของสมาชิกในเครือข่าย ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินกิจกรรมอย่างไรให้ประสบผลสำเร็จ การแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจริง และได้แนวทางการปฏิบัติงานเพื่อนำมาปรับใช้ในการดำเนินงานของตนเองต่อไป

จากที่กล่าวสรุปได้ว่า การดำเนินงานกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ให้ประสบผลสำเร็จได้นั้น ต้องอาศัยความร่วมมือจากหลายภาคส่วน ได้แก่ สถานศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน และเครือข่ายนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) โดยทุกภาคส่วนมีบทบาทหน้าที่ที่สำคัญแตกต่างกันไป แต่ทั้งนี้ต้องอาศัยการนิเทศ กำกับติดตาม และประเมินผลกิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) เพื่อการปรับปรุง แก้ไข และพัฒนาการดำเนินกิจกรรมต่อไป นอกจากนี้กิจกรรมนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) มีส่วนทำให้ระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียนเข้มแข็งและสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

- กมลพร จันทร์โชติ .(2561). การศึกษารายกรณี: นักเรียนที่มีพฤติกรรมไม่เข้าเรียน. คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร.
- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์.(2529). การศึกษาบุคคลรายกรณี. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- กรกฏา นักรัศมี. (2558). **หลักการแนะแนว**. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อรรถาธิบาย).
- _____. (2559). สมรรถนะครูที่ปรึกษาของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา. **วารสารศิลปการศึกษาศาสตร์วิจัย มหาวิทยาลัยศิลปากร**, ปีที่ 8 ฉบับที่ 2, 88-102.
- กรมสุขภาพจิต. (2546). **คู่มือการให้การปรึกษาขั้นพื้นฐาน**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- _____. (2564). **รายงานประจำปีกรมสุขภาพจิต ปีงบประมาณ 2564**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ละม่อม จำกัด.
- _____. (2565). ตรวจสุขภาพใจ Mental Health Check In. เข้าถึงได้จาก <https://checkin.dmh.go.th/#about> (วันที่ค้นข้อมูล: 23 กรกฎาคม 2565)
- กฤตวรรณ คำสม. (2554). การศึกษาและการพัฒนาสมรรถนะของนักศึกษาในการให้คำปรึกษาแก่เพื่อน. **วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการให้คำปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**.
- _____. (2557). **เอกสารประกอบการสอนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู**. อุตรธานี: มหาวิทยาลัยราชภัฏอุตรธานี.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2542). **พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2542**. กรุงเทพฯ: บริษัทสยามสปอร์ต ซินดิเคท จำกัด.
- กาญจน์วัลย์ ภิญญิตกุลสิทธิ์. (2555). **เอกสารประกอบการสอนวิชาบริการรวบรวมข้อมูลเป็นรายบุคคล** สงขลา: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- การสร้างเสริมสัมพันธภาพและความไว้วางใจของนักเรียน YC. (ม.ป.ป.)** เข้าถึงได้จาก <http://www.legendnews.net/index.php?lay=show&ac=article&id=539338364> (วันที่ค้นข้อมูล: 7 สิงหาคม 2558)
- กิตติพัฒน์ กิตติพิทักษ์. (2563). **รายงานการศึกษาผู้เรียนเป็นรายกรณี (Case Study)**. คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- จันทิมา ทอดสนิท และฉันทนา กล่อมจิต. (2554). ผลของโปรแกรมการพัฒนาความสามารถในการให้คำปรึกษาของเพื่อนที่ปรึกษา. **วารสารศึกษาศาสตร์ฉบับวิจัยบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยขอนแก่น**, ปีที่ 5 ฉบับที่ 1, 22-26
- จริงใจ จาริเพ็ญ. (2553). **การดำเนินกิจกรรมนักเรียนเพื่อที่ปรึกษาของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่ เขต 1**. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล. (2551). **หลักการแนะแนว**. กรุงเทพฯ: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (อรรถาธิบาย).

- เจษฎา บุญมาโฮม. (2550). เอกสารประกอบการสอนรายวิชาจิตวิทยาสำหรับครู. นครปฐม: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- _____. (2564). **มนุษย์สัมพันธ์สำหรับครู**. นครปฐม: สไมล์ พรินต์ติ้ง แอนด์ กราฟิคดีไซน์.
- เจษฎา บุญมาโฮม. และคณะ. (2551). **การบริหารจัดการชั้นเรียน**. นครปฐม: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม.
- จำเนียร ช่วงโชติ. (2547). **เทคนิคการแนะแนว** (พิมพ์ครั้งที่ 8). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- จิตินัน บุญภาพ. (2556). คอมมอน. **บทบาทของสื่อใหม่ในการสร้างค่านิยมทางสังคมและอัตลักษณ์ของเยาวชนไทยในเขตกรุงเทพมหานคร**. ได้รับทุนอุดหนุนจากศูนย์วิจัย มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิตย์.
- ดารณี อุทัยรัตนกิจ และคณะ. (2550). **แบบคัดกรองนักเรียนที่มีภาวะสมาธิสั้นบกพร่องทางการเรียนรู้และออทิซึม**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด.
- _____. (2558). **คู่มือการบริหารการสอบแบบสอบทักษะพื้นฐานทางวิชาการ**. Kasetsart Basic Academic Skills Test (KBAST). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์บริษัทพัฒนาคุณภาพวิชาการ (พว.) จำกัด.
- นภาพร ปรีชามารถ. (2545). **จิตวิทยาการปรับพฤติกรรมในชั้นเรียน**. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- นันทิกา แยมสรวล. (2529). **การศึกษาเฉพาะกรณี**. นครปฐม: มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- นิรันดร์ จุลทรัพย์. (2539). **เอกสารคำสอนวิชา การแนะแนวเบื้องต้น**. สงขลา: โครงการบริการวิชาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ภาคใต้.
- _____. (2558). **การแนะแนวเพื่อพัฒนาผู้เรียน**. สงขลา: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- _____. (2554). **แนะแนวเบื้องต้น**. พิมพ์ครั้งที่ 4. สงขลา: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- เบญจพร ปัญญาียง. (2556). **การส่งเสริมการป้องกันปัญหาสุขภาพจิตในอนาคตสำหรับวัยรุ่น**. มมป: มปท.
- ประเสริฐ แจกจันทิก. (2541). **“การสร้างวินัยและการปรับพฤติกรรม” จิตวิทยาการสอนเด็กวัยเรียน**. กรุงเทพฯ: สถาบันส่งเสริมการสอนวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี.
- ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์. (2549). **“การให้บริการปรึกษาในองค์กร” ใน ประมวลสาระชุดวิชาการแนะแนวในองค์กร หน่วยที่ 8 - 15**. นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- _____. (2561). **การปรับพฤติกรรม**. วารสารจิตวิทยามหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต, ปีที่ 8 ฉบับที่ 2, 48-55
- พนม เกตุมาน. (2550). **ปัญหาพฤติกรรมวัยรุ่น**. สืบค้นเมื่อ 11 มิถุนายน 2563 แหล่งที่มา http://www.psychclin.co.th/new_page_56.htm.
- พนม ลิมอารีย์. (2548). **การแนะแนวเบื้องต้น**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- เพ็ญภา กลนภาดล. (2560). **การให้คำปรึกษาวัยรุ่น: Adolescent counseling** (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ประยูรสาสน์ไทย.
- มลลวีร์ อุดลวัฒน์ศิริ. (2547). **คู่มือการให้คำปรึกษาแก่นักเรียนกลุ่มเสี่ยง**. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา.
- _____. (2552). **เทคนิคการให้คำปรึกษา : การนำไปใช้**. ขอนแก่น: โรงพิมพ์คลังนานาวิทยา.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาการเรียนรู้. (2551). **หลักสูตรพัฒนาคู่มือจิตวิทยาแนะแนวโมดูล 4 บริการแนะแนว และเครื่องมือทางจิตวิทยา**. กรุงเทพฯ : สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย .
- รังสรรค์ โฉมยา. (2553). **เอกสารประกอบการสอนวิชาการแนะแนวและการให้คำปรึกษาในโรงเรียน**.

- มหาสารคาม: คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- ลักษณ์ สรวิวัฒน์. (2548). การศึกษารายกรณี. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- _____. (2551). การแนะแนวเบื้องต้น. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- วัชรีย์ ทรัพย์มี. (2551). **ทฤษฎีให้บริการปรึกษา**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศักดิ์อนันต์ อนันตสุข. (2020). **สังคมมิติ** (ออนไลน์). สืบค้นเมื่อ 10 มิถุนายน 2563 แหล่งที่มา <http://www.anantasook.com/social-dimension-interaction-in-classroom/>
- ศิริกัญญา ตระกูลรัมย์ และชัตติยา ยืนยง. (2563). การศึกษารายกรณีของเด็กและวัยรุ่น CASE STUDY OF CHILD AND ADOLESCENCE. **วารสารวิชาการศรีปทุม ชลบุรี** ปีที่ 16 ฉบับที่ 3 เดือนมกราคม-มีนาคม 2563.
- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2560). **แนวทางการประชุมปรึกษารายกรณี (Case Conference) ในสถานศึกษา สำหรับบุคลากรสาธารณสุข**. กรุงเทพฯ: บริษัท ทีเอส อินเทอร์เน็ต จำกัด.
- สมบัติ ตาปัญญา. (2549). **คู่มือครูการสร้างวินัยเชิงบวกในโรงเรียน**. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2562). **ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม**. (พิมพ์ครั้งที่ 9) กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมาคมแนะแนวแห่งประเทศไทย. (ม.ป.ป). **ระบบการแนะแนวในโรงเรียน**. กรุงเทพฯ: บริษัทอินเทอร์เน็ตเทคโนโลยี จำกัด.
- สุลักษณ์ สุคนธ์. (2558). **กระบวนการเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อลดความรุนแรงในโรงเรียน ศึกษาโรงเรียนสตรีแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร**. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุรางค์ ไคว้ตระกูล. (2559). **จิตวิทยาการศึกษา**. (พิมพ์ครั้งที่ 12). กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ. (2549). **แนวทางการดำเนินงานระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- _____. (2556). **หลักสูตรฝึกอบรมครูที่ปรึกษา**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.
- _____. (2556). **หลักสูตรฝึกอบรมนักเรียน: เพื่อนที่ปรึกษา**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.
- _____. (2556). **หลักสูตรฝึกอบรมครูแนะแนว**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทยจำกัด.
- _____. (2559). **บริการแนะแนวและเครื่องมือทางจิตวิทยา**. ชุมชนสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2564). **รายงานผลการศึกษาภาวะถดถอยทางการเรียนรู้ของผู้เรียนระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานในสถานการณ์โควิด-19: สภาพการณ์ บทเรียน และแนวทางการพัฒนาคุณภาพการเรียนรู้**. กรุงเทพฯ: สำนักมาตรฐานการศึกษาและพัฒนาการเรียนรู้ สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ.
- สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2550). **การศึกษานักเรียนเป็นรายกรณี**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- อุษณีย์ เย็นสบาย. (2533). **จิตวิทยาแนะแนว**. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

- Brook , R.B. (1992). Self – Esteem During the School Years. **Pediatric Clinic of North America**, 39(3): 537-551.
- Delworth, U.; & M. Moore. (1974) Helper Plus Trainer: A Two-Phase Program for the Counselor. **Personnel and Guidance Journal**. 52(6): 428-433” Jacobs, Ed E., Masson R. L. & Harvill ,R. L. (1998). **Group Counseling: Strategies & Skills**. 3rd ed. London: Brooks/Cole.
- Maslow, A. (1970). **Human needs theory: Maslow’s hierarchy of human needs**. In R.F. Craven & C. J. Hirnle (Eds.), **Fundamental of Nursing: Human Health and Function**. (3rd ed.) Philadelphia: Lippincott.
- Mary, F. (2007). **Peer Counseling. Highlights An ERIC/CAPS Fact Sheet**. ERIC Clearinghouse on Counseling and Personnel Service Ann Arbor MI. Retrieved September 20,2007,from www.ericdigests.org/pre-923/counseling.htm
- Mill, M.E. (2005). **Portfolio Management as a tool for Peer Helpers to Monitor their Development**. Master of Arts (Psychology) University of South Africa.
- Morey, E.; et al (1993, March). **High School Peer Counseling: The Relationship Between Student Satisfaction and peer Counselor’ Style of Helping**. The School Counselor. (40): 293-300
- Newman, Philip R., & Newman, Barbara M. (1997). **Childhood and adolescence**. Wadsworth, OH: Brooks/Cole.
- Peterson, J.V. & Nisenholz, B. (1995). **Orientation to Counseling**. 2nd ed. Massachusetts: Allyn & Bacon.
- <http://pe-knowledge-teen-problem.blogspot.com/>
<http://guidance.obec.go.th/?p=548>
<http://www.compassionth.com>
 (https://www.yuvabadhanafoundation.org/th/)
<https://mgonline.com/qol/detail/9620000052395>
[https://7callgto.wordpress.com /](https://7callgto.wordpress.com/)
<https://sites.google.com/site/tumddt12/home/phl-khxng-thekhnoloyi-sarsnthes-dan-lb-laea-dan-bwk>
[https://mhtech.dmh.moph.go.th/ver5/factsheet/text_show.php?chapter_id=134&book_id=25:](https://mhtech.dmh.moph.go.th/ver5/factsheet/text_show.php?chapter_id=134&book_id=25)
<https://www.yuvabadhanafoundation.org/th/>

ภาคผนวก

ตัวอย่างเครื่องมือในการคัดเลือกนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

แบบวัดแว่นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

คำชี้แจง : ให้นักเรียนพิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่าสอดคล้องกับความคิดเห็นและความรู้สึกของนักเรียนที่มีต่อตัวเอง และผู้อื่นเพียงใด แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน ช่อง □

ข้อความ	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1. คนทุกคนมีคุณค่า มีศักดิ์ศรี และอยากเป็นคนดี				
2. ใคร ๆ ก็มีโอกาสดีพละด้วยกันทั้งนั้น				
3. คนอ่อนแอเท่านั้นที่ขอความช่วยเหลือจากคนอื่น				
4. ท่านชอบที่จะพบปะพูดคุยกับคนอื่นแม้จะเป็นคนที่ท่านไม่คุ้นเคย				
5. ใคร ๆ ก็ชอบที่จะพูดคุยกับท่าน				
6. ท่านชอบที่จะพูดมากกว่าฟัง				
7. ใคร ๆ ก็มักชมท่านว่าท่านเป็นที่จับความรู้สึกของคู่สนทนาได้ดี				
8. ท่านมักเก็บความรู้สึกไม่ค่อยได้				
9. ถ้าท่านต้องการจะช่วยเหลือใคร ท่านจะช่วยอย่างเต็มที่				
10. ท่านมักจะคิดหรือทำแทนคนอื่น เพราะเกรงว่าผลงานจะออกมาไม่ดีเท่าที่ควร				
11. ท่านมักจะสั่งสอนและให้คำแนะนำแก่คนใกล้ชิดเสมอ				
12. ท่านมักจะยอมรับความผิดพลาดของคนอื่นได้ยาก				
13. เมื่อท่านรับปากว่าจะเก็บเรื่องใดเป็นความลับ ท่านสามารถทำได้ 100%				
14. ความคิดและการกระทำของท่านไม่เหมือนใคร				
15. รูปร่าง หน้าตา การแต่งกายและท่าทางของท่าน ไม่น่าจะมีส่วนต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)				

วิธีการคิดคะแนนแบบวัดแววนักเรียน YC

ข้อความ	จริง	ค่อนข้างจริง	ค่อนข้างไม่จริง	ไม่จริง
1 , 2 , 4 , 5 , 7 , 9 , 13 , 14	3	2	1	0
3 , 6 , 8 , 10 , 11 , 12 , 15	0	1	2	3

เกณฑ์การแปลผล

คะแนนระหว่าง 31 - 45 หมายถึง

ท่านเป็นผู้มีคุณลักษณะเหมาะสมในการเป็นนักเรียนเพื่อน
ที่ปรึกษาอย่างยิ่งขอแสดงความยินดี

คะแนนระหว่าง 16 - 30 หมายถึง

ท่านเป็นผู้มีคุณสมบัติที่ดีหลายประการ เหมาะสมในการเป็น
นักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) แต่ยังมีคุณลักษณะอีกบางประการที่
ควรพัฒนา พยายามอีกหน่อยนะ

คะแนนระหว่าง 0 - 15 หมายถึง

ท่านควรพัฒนาคุณลักษณะส่วนตัวบางประการ เพื่อให้มี
คุณลักษณะของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) ออกแรงพยายาม
อีกหน่อยขอเป็นกำลังใจ

แบบประเมินคุณลักษณะที่ดีของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

คำชี้แจง : ให้ครูที่ปรึกษา / ครูแนะแนวสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนแล้วพิจารณาข้อความต่อไปนี้ว่า สอดคล้องกับความคิดเห็น แล้วใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ท่านเห็นสมควร

ข้อ	คุณลักษณะที่ดีของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)	3	2	1
1.	รู้จักและยอมรับตนเอง และเป็นที่ยอมรับของเพื่อน			
2.	อดทน ใจเย็น ควบคุมอารมณ์ในการทำงานได้			
3.	จริงใจ และตั้งใจช่วยเหลือผู้อื่น			
4.	มีท่าทีเป็นมิตร มีความกระฉับกระเฉง มองโลกในแง่ดี			
5.	ไวต่อความรู้สึกของผู้อื่น และช่างสังเกต			
6.	ใช้คำพูดได้เหมาะสม			
7.	เป็นผู้รับฟังที่ดี และรักษาความลับได้			
8.	มีจิตอาสาเมตตา ชอบช่วยเหลือเพื่อน			
9.	เป็นผู้ประสานงานกับครูที่ปรึกษา และครูแนะแนวได้เป็นอย่างดี			
10.	เป็นผู้ที่คิดเป็นเหตุเป็นผล			

เกณฑ์การแปลผล

คะแนนระหว่าง 21 – 30	หมายถึง	นักเรียนมีคุณลักษณะที่ดียิ่งในการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)
คะแนนระหว่าง 11 – 20	หมายถึง	นักเรียนมีคุณลักษณะที่ดีหลายประการในการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) แต่ยังมีคุณลักษณะอีกบางประการที่ควรพัฒนาหรือส่งเสริม
คะแนนระหว่าง 1 – 10	หมายถึง	นักเรียนมีคุณลักษณะที่ดีอีกหลายประการที่ควรได้รับการพัฒนาหรือส่งเสริมในการเป็นนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC)

ตัวอย่างแบบฟอร์มบันทึกการให้คำปรึกษา
แบบบันทึกการให้การปรึกษา
ครั้งที่.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....เริ่มเวลา.....น. ยุติเวลา.....น. สถานที่.....

1. ผู้รับคำปรึกษา ชื่อ.....(นามสมมติ) เพศ.....อายุ.....ปี ศึกษาอยู่ชั้น.....

2. ให้คำปรึกษาเรื่อง

- | | | |
|------------------------------------|--|--------------------------------|
| ☐ การเรียน | ☐ ความสัมพันธ์กับผู้อื่น | ☐ ครอบครัว |
| ☐ สุขภาพจิต | ☐ ความรัก | ☐ เศรษฐกิจ |
| ☐ อื่น ๆ | | |

3. สาเหตุ/ความต้องการที่มาขอรับคำปรึกษา

- ☐ มาด้วยความสมัครใจ
- ☐ มาจากการส่งต่อ
- ☐ อื่น ๆ

4. ลักษณะของปัญหาที่พบ (อธิบายลักษณะพฤติกรรมและสาเหตุ).....

5. ผลกระทบที่เกิดจากปัญหาดังกล่าว

6. แนวทางการช่วยเหลือ

7. การประเมินผลการให้คำปรึกษา (โดยการถามและการสังเกตผู้รับบริการ)

- | | | | |
|-------------------------------------|--|-------------------------------------|--------------------------------------|
| 7.1 ความทุกข์/ความคับข้องใจ | ☐ ลดลงมาก | ☐ ลดลงบ้าง | ☐ เท่าเดิม |
| 7.2 ทางออกของปัญหา | ☐ มีทางออกชัดเจนแล้ว | ☐ พอได้แนวทาง | ☐ ยังไม่พบแนวทาง |
| 7.3 กำลังใจที่จะเผชิญกับปัญหา | ☐ เพิ่มมากขึ้น | ☐ เพิ่มขึ้นบ้าง | ☐ เท่าเดิม |
| 7.4 ความรู้สึกพอใจที่ได้รับคำปรึกษา | ☐ มาก | ☐ ปานกลาง | ☐ น้อย |
| 7.5 การส่งต่อ | ☐ ส่งต่อ..... | ☐ ไม่ส่งต่อ | |

8. การนัดหมายครั้งต่อไป วันที่.....เดือน.....พ.ศ..... สถานที่.....

9. การติดตามผลหลังขอรับคำปรึกษาของนักเรียนเพื่อนที่ปรึกษา (YC) วันที่..... ด้าน.....

- ☐ ดีขึ้นมาก ☐ ดีขึ้นเล็กน้อย ☐ เหมือนเดิม ☐ หนักกว่าเดิม

ลงชื่อ.....ผู้ให้คำปรึกษา
(.....)

10. ความคิดเห็นของครูแนะแนว

ลงชื่อ.....ครูแนะแนว
(.....)

ตัวอย่างแบบฟอร์มประเมินความพึงพอใจของผู้รับคำปรึกษา

แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้รับการปรึกษา

คำชี้แจง ให้ผู้รับการปรึกษาประเมินผลการให้คำปรึกษาหลังจากได้รับคำปรึกษาตามความเป็นจริง

โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความพึงพอใจของตนเองมากที่สุด

ผู้ให้การปรึกษาชื่อ.....

ระดับความพึงพอใจ

5	หมายถึงมีความพึงพอใจมากที่สุด	4	หมายถึงมีความพึงพอใจมาก
3	หมายถึงมีความพึงพอใจปานกลาง	2	หมายถึงมีความพึงพอใจน้อย
1	หมายถึงมีความพึงพอใจน้อยที่สุด		

ที่	รายการประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
		5	4	3	2	1
ทักษะการให้คำปรึกษา						
1	ผู้ให้การปรึกษามีความกระตือรือร้นและเอาใจใส่					
2	ผู้ให้การปรึกษามีความตั้งใจรับฟังเรื่องราวต่าง ๆ					
3	ผู้ให้การปรึกษาใช้คำถามที่สุภาพและตรงกับเรื่องราว					
4	ผู้ให้การปรึกษาเรียบเรียงปัญหาในขณะที่เล่าโดยไม่ขัดแย้ง					
5	ผู้ให้การปรึกษามีการทวนซ้ำให้เข้าใจในสิ่งที่พูดได้อย่างชัดเจน					
6	ได้รับการสนับสนุนและกำลังใจที่ดีจากผู้ให้การปรึกษา					
7	ผู้ให้การปรึกษาช่วยสรุปเรื่องราวที่สนทนาได้อย่างถูกต้องชัดเจนมากขึ้น					
8	ผู้ให้การปรึกษาช่วยให้ข้อมูลและมีทางเลือกที่ดี					
9	ผู้ให้การปรึกษาช่วยชี้ให้เห็นผลที่จะตามมาจากแนวทางที่เลือก ทั้งทางบวกและทางลบ					
ขั้นตอนการให้คำปรึกษา						
1	มีสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้ให้การปรึกษา					
2	ผู้ให้การปรึกษาเข้าใจปัญหาและเรื่องราวที่เกิดขึ้น					
3	ผู้ให้การปรึกษาช่วยหาแนวทางแก้ไขปัญหายอย่างจริงจัง					
4	ผู้ให้การปรึกษาช่วยหาแนวทางปฏิบัติในการแก้ปัญหาที่เป็นไปได้ เป็นรูปธรรม					
5	ผู้ให้การปรึกษาคอยติดตาม และช่วยเหลืออย่างสม่ำเสมอ					
ความสำเร็จในการแก้ปัญหา						
1	ผู้ให้การปรึกษามีส่วนร่วมในการช่วยเหลือ					
2	การแก้ปัญหาคือคลี่คลายไปในทางที่ดี					

ข้อเสนอแนะ.....

ตัวอย่างแบบฟอร์มประเมินความพึงพอใจความสำเร็จของผู้ให้บริการปรึกษา

แบบสอบถามความพึงพอใจของผู้ให้บริการปรึกษา

คำชี้แจง ให้ผู้ให้บริการปรึกษาประเมินผลการให้บริการปรึกษาหลังจากการให้บริการปรึกษาตามความเป็นจริง

โดยใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความพึงพอใจของตนเองมากที่สุด

ผู้รับการปรึกษาชื่อ.....(นามสมมติ)

ระดับความพึงพอใจ

- | | | | |
|---|--------------------------------|---|--------------------------|
| 5 | หมายถึงมีความพึงพอใจมากที่สุด | 4 | หมายถึงมีความพึงพอใจมาก |
| 3 | หมายถึงมีความพึงพอใจปานกลาง | 2 | หมายถึงมีความพึงพอใจน้อย |
| 1 | หมายถึงมีความพึงพอใจน้อยที่สุด | | |

ที่	รายการประเมิน	ระดับความพึงพอใจ				
		5	4	3	2	1
ทักษะการให้คำปรึกษา						
1	มีการใช้ทักษะการใส่ใจ					
2	มีการใช้ทักษะการฟัง					
3	มีการใช้ทักษะการถาม					
4	มีการใช้ทักษะการเรียบ					
5	มีการใช้ทักษะการทวนซ้ำ					
6	มีการใช้ทักษะการให้กำลังใจ					
7	มีการใช้ทักษะการสรุปความ					
8	มีการใช้ทักษะการให้ข้อมูลและคำแนะนำ					
9	มีการใช้ทักษะการชี้ผลที่ตามมา					
ขั้นตอนการให้การปรึกษา						
1	มีการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อผู้ขอรับการปรึกษา					
2	มีการสำรวจและทำความเข้าใจปัญหาของผู้ขอรับการปรึกษอย่างรอบคอบ					
3	มีการช่วยเหลือผู้ขอรับการปรึกษาหาแนวทางการแก้ไขปัญหายอย่างหลากหลาย					
4	มีการวางแผนเพื่อนำไปสู่การปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม					
5	มีการยุติการให้การปรึกษา มีการนัดหมาย ติดตาม การให้การปรึกษา					
ความสำเร็จของการช่วยเหลือ						
1	สามารถช่วยเหลือได้					
2	ผู้ขอรับการปรึกษาสามารถแก้ปัญหาดตนเองได้					

ข้อเสนอแนะ.....

ลงชื่อ.....ผู้ให้บริการปรึกษา

ตัวอย่างแบบสังเกต

คำแนะนำ ใช้สังเกตพฤติกรรมของนักเรียนที่ต้องการข้อมูลเพิ่มเติมเพื่อประกอบการช่วยเหลือ

ชื่อนักเรียน.....ชั้น.....โรงเรียน.....

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.เวลา.....น.

สถานที่ทำการสังเกต.....วิชาที่เรียนหรือกิจกรรม.....

จุดมุ่งหมายในการสังเกต

1.

2.

พฤติกรรมที่เด็กแสดงออกในขณะสังเกต.....

การตีความหมายของพฤติกรรม.....

ข้อเสนอแนะของผู้สังเกตในการช่วยเหลือหรือแก้ไขพฤติกรรม.....

สรุปผลการสังเกต.....

.....

ลงชื่อผู้สังเกต.....

(.....)

ตำแหน่ง.....

ที่มา : พนม ลีมาอารีย์. 2548

ตัวอย่างแบบสัมภาษณ์

ผู้รับการสัมภาษณ์ชื่อ-นามสกุล.....ชั้น.....
 สถานที่สัมภาษณ์.....
 ทำการสัมภาษณ์เมื่อวันที่.....เดือน.....พ.ศ. เวลา.....น. ถึงน.
 วัตถุประสงค์ในการสัมภาษณ์.....
 ข้อมูลที่สรุปได้จากการสัมภาษณ์.....
 ข้อคิดเห็น.....
 การนัดหมายครั้งต่อไป วันที่.....เดือน.....พ.ศ. เวลา.....น.

ผู้สัมภาษณ์.....
 ตำแหน่ง.....

ที่มา : จิตินันท์ บุญสิทธิกุล. 2551

ตัวอย่างมาตราส่วนประมาณค่า

คุณภาพ คุณลักษณะ	ต่ำสุด	ต่ำ	ปานกลาง	สูง	สูงที่สุด
1.ความซื่อสัตย์					
2.ความตั้งใจในการเรียน					
3.ความมีเหตุผล					
4.ความรับผิดชอบ					
5.ความเชื่อมั่นในตนเอง					

ที่มา : จิตตินันท์ บุญสิทธิกุล. 2551

ตัวอย่างแบบฟอร์มการเยี่ยมบ้าน

วัน/เดือน/ปี ที่ไปเยี่ยมบ้าน..... เวลา.....น. ถึง.....น.
 ชื่อครูที่ทำการเยี่ยมบ้าน.....ชื่อนักเรียน.....
 ชั้น.....ห้อง.....ชื่อครูประจำชั้น.....
 ชื่อบิดา.....ที่อยู่.....
 โทรศัพท์.....อาชีพ.....ระดับการศึกษา.....
 สุขภาพ.....ความสนใจ.....
 ชื่อมารดา.....ที่อยู่.....
 โทรศัพท์.....อาชีพ.....ระดับการศึกษา.....
 สุขภาพ.....ความสนใจ.....
 จำนวนพี่น้อง.....คน มีลำดับดังนี้
 1. ชื่อ.....อายุ.....ปี ระดับการศึกษา.....ลักษณะเฉพาะตัว.....
 2. ชื่อ.....อายุ.....ปี ระดับการศึกษา.....ลักษณะเฉพาะตัว.....

ข้อมูลที่ได้จากการเยี่ยมบ้าน

1. บรรยายสภาพและลักษณะภายนอกของบ้านและบริเวณ.....
2. บรรยายสภาพลักษณะภายในบ้าน.....
3. นักเรียนมีส่วนช่วยเหลือบิดามารดาโดย.....
4. ลักษณะการปรับตัวของนักเรียนเมื่ออยู่บ้าน.....
5. บรรยายลักษณะของบิดามารดาหรือผู้ปกครอง.....
6. เจตคติของผู้ปกครองที่มีต่อครูและโรงเรียน.....
7. เจตคติของผู้ปกครองที่มีต่อนักเรียน.....
8. ความมุ่งหมายของบิดามารดาที่มีต่อบุตร.....
9. ปัญหาที่พบในการเยี่ยมบ้านครั้งนี้.....
10. สิ่งที่โรงเรียนให้ความช่วยเหลือทางบ้าน.....
11. บันทึกถ้อยคำของผู้ปกครองที่เห็นว่ามีความสำคัญที่จะช่วยให้เข้าใจเด็กดียิ่งขึ้น.....
12. บันทึกข้อเสนอแนะของผู้ปกครองเกี่ยวกับวิธีการปรับปรุงโรงเรียนให้ดีขึ้น.....

ที่มา : ลักษณะ สรวิวัฒน์. 2551

**ตัวอย่างการเขียนอัตชีวประวัติ
แบบมีโครงสร้าง**

1. ข้าพเจ้าเกิดวันที่/เดือน/พ.ศ.สถานที่เกิด.....
 เมื่อครั้งเป็นเด็กการทำผิดที่ข้าพเจ้ากลัวมากที่สุด คือ.....
 ข้าพเจ้าเคยป่วยเป็นโรค..... เพื่อน ๆ ที่ข้าพเจ้าเล่นด้วยมักจะเป็นเพศ/ที่อยู่/ชั้นเรียน/
 อายุ.....
 โตขึ้นข้าพเจ้าอยากเป็น.....
2. สิ่งที่ข้าพเจ้าอยากทำมากที่สุดในโรงเรียน คือ.....
 สิ่งที่ข้าพเจ้าอยากทำน้อยที่สุดในโรงเรียน คือ.....
 สิ่งที่ข้าพเจ้าอยากได้จากโรงเรียนมากที่สุด คือ.....
3. ถ้ามีเวลาว่างข้าพเจ้าจะทำ.....
 ข้าพเจ้าชอบทำงานที่ทำให้ตนเอง.....
 ข้าพเจ้าคิดว่าสิ่งที่ตนเองทำได้ดีที่สุด คือ.....

ที่มา : กรรกฎ นักคัม. 2558

ตัวอย่างระเบียบสะสม

รูปถ่ายนักเรียน

ชื่อนักเรียน.....เลขประจำตัว.....
 ปีการศึกษา.....ชั้น.....เลขที่.....ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
 ปีการศึกษา.....ชั้น.....เลขที่.....ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
 ปีการศึกษา.....ชั้น.....เลขที่.....ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....
 (เริ่มใช้ระเบียบนี้เมื่อ วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....)

1. ข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ-นามสกุล.....ชื่อเล่น.....อายุ.....ปีเกิดวันที่.....
 เดือน.....พ.ศ.....เชื้อชาติ.....สัญชาติ.....ศาสนา.....ภูมิลำเนา
 อยู่ที่จังหวัด.....ที่อยู่ปัจจุบัน.....
 โทรศัพท์.....

กรุ๊ปเลือด.....
 ปัจจุบันพักอยู่กับ ☐ บิดาและมารดา ☐ บิดา ☐ มารดา ☐ อื่นๆ (ระบุ).....
 ลักษณะของที่อยู่ ☐ บ้านส่วนตัว ☐ บ้านเช่า ☐ หอพัก ☐ ห้องเช่า ☐ อื่นๆ (ระบุ).....
 นักเรียนเดินทางมาโรงเรียนโดย ☐ รถประจำทาง ☐ เดิน ☐ อื่นๆ
 ใช้เวลาเดินทาง.....นาที นักเรียนได้รับค่าใช้จายจากเป็นเงินบาท/วัน , เดือน
☐ อื่นๆ (ระบุ).....ค่าพาหนะเดินทางไป-กลับบาท/วัน
 ค่าอาหารเช้า-กลางวันบาท/วัน ☐ อื่นๆ (ระบุ).....
 เพื่อนในโรงเรียนที่นักเรียนสนิทมากที่สุด ชื่อ-นามสกุลเป็นนักเรียนชั้น.....
 เพื่อนที่อยู่ใกล้เคียงหรือรู้จักบ้านของนักเรียน ชื่อ-นามสกุลเป็นนักเรียนชั้น.....

2. ข้อมูลด้านครอบครัว

ความสัมพันธ์	ชื่อ - นามสกุล	วันเดือนปีเกิด	อาชีพ	รายได้/เดือน	โทรศัพท์
บิดา					
มารดา					
ผู้ปกครอง					

ผู้มีหน้าที่เป็นผู้ปกครอง คือ ☐ บิดา ☐ มารดา ☐ ผู้อื่นซึ่งเกี่ยวข้องกันดังนี้.....
 โทรศัพท์.....

ปัจจุบันบิดามารดาของนักเรียน ☐ อยู่ด้วยกัน ☐ หย่าร้าง
☐ แยกกันอยู่เพราะ.....
☐ บิดาถึงแก่กรรม ☐ มารดาถึงแก่กรรม
☐ อื่น ๆ ระบุ.....
 ภาระหนี้สินของครอบครัว ☐ มี ☐ ไม่มี

ครอบครัวของนักเรียนมีสมาชิกทั้งหมด.....คน ประกอบด้วย.....
 บุคคลในครอบครัวที่นักเรียนไว้วางใจมากที่สุด ชื่อ-สกุล.....อายุ.....ปี เกี่ยวข้อง.....
 บุคคลสัมพันธ์ของครอบครัวระหว่างบิดามารดา

- ☐ รักใคร่กันดี
☐ ขัดแย้งทะเลาะกันบางครั้ง
☐ ขัดแย้งทะเลาะกันบ่อยครั้ง
☐ ขัดแย้งทะเลาะและทำร้ายร่างกายบางครั้ง
☐ ขัดแย้งทะเลาะและทำร้ายร่างกายบ่อยครั้ง
☐ อื่น ๆ ระบุ.....

บุคคลในครอบครัวมีการใช้สารเสพติด

- ☐ ไม่มี
☐ มี เกี่ยวข้องเป็น.....กับนักเรียน ประเภทสารเสพติดที่ใช้คือ
☐ บุหรี่ ☐ สุรา ☐ ยาบ้า ☐ อื่น ๆ ระบุ.....
 ใช้ยาสูบเพื่อ ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่
 บิดาและมารดาทำงาน ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่
 บุคคลในครอบครัวเจ็บป่วยโรครุนแรงหรือเรื้อรัง ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่
 บุคคลในครอบครัวเกี่ยวข้องกับการพนัน ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

3. ข้อมูลด้านความสามารถ

จบชั้น	จากโรงเรียน	จังหวัด	ผลการเรียนเฉลี่ย
ป....			
ม....			
ม....			

วิชาที่ชอบ 1)2) 3) 4)

วิชาที่ไม่ถนัด 1)2) 3) 4)

ความสามารถพิเศษ.....

อาชีพที่ใฝ่ฝัน.....

การอ่านเขียน ☐ อ่านเขียนคล่อง ☐ อ่านเขียนไม่คล่อง ☐ อ่านเขียนได้ ☐ อ่านเขียนไม่ได้
 นักเรียนไม่เข้าใจบทเรียนทุกวิชา ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

4. ข้อมูลด้านสุขภาพ

โรคประจำตัว.....วิธีแก้ไขเมื่อเกิดอาการ.....

โรคภูมิแพ้.....แพ้ยา.....

ยาที่ใช้ประจำ.....น้ำหนัก.....กิโลกรัม ส่วนสูง.....เซนติเมตร

ป่วยเป็นโรคร้ายแรงหรือเรื้อรัง ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

นักเรียนมีสายตา ☐ ปกติ ☐ สายตาสั้น ☐ สายตาเอียง ☐ อื่นๆ ระบุ.....

นักเรียนสวมแว่นตา ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

นักเรียนมีความบกพร่องทางการได้ยิน ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

นักเรียนมีความบกพร่องทางร่างกาย ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

5. ข้อมูลด้านอื่นๆ

ความพิการ :

ความด้อยโอกาส :

ความขาดแคลน: ☐ ขาดแคลน ☐ ไม่ขาดแคลน

ขาดแคลนแบบเรียน ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ขาดแคลนเครื่องเขียน ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ขาดแคลนเครื่องแบบ ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ขาดแคลนอาหารกลางวัน ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ข้อมูลสิ่งเสพติด

คบเพื่อนที่เกี่ยวข้องกับสิ่งเสพติด ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

มีพฤติกรรมเสพหรือจำหน่ายสิ่งเสพติด ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ข้อมูลพฤติกรรมทางเพศ

มีพฤติกรรมส่อไปในทางชู้สาว ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

พักหรืออาศัยอยู่กับเพื่อนต่างเพศที่มีอายุต่ำกว่า ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ชอบเที่ยวกลางคืน ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

มีการล่วงละเมิดทางเพศ ☐ ใช่ ☐ ไม่ใช่

ตัวอย่างสังคมมิติ

คำชี้แจง การทำสังคมมิติ มีขั้นตอน ดังนี้

1. **ขั้นเตรียมการ** ครูจะต้องมีการตรวจสอบความพร้อมเรื่องต่อไปนี้เป็น

- 1) นักเรียนในห้องเรียนนั้นต้องมีความคุ้นเคยกันอย่างทั่วถึงก่อน
- 2) ครูต้องมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อนักเรียน
- 3) กำหนดวัตถุประสงค์ของการทำสังคมมิติ
- 4) เตรียมแบบสำรวจสังคมมิติ ซึ่งโดยปกติจะใช้กระดาษที่มีขนาด 3×4 นิ้ว แต่อาจปรับปรุง

ได้ตามความสะดวกหรือความเหมาะสม ในกระดาษนั้นจะมีข้อความที่จะให้นักเรียนได้เขียนชื่อตนเอง และชื่อของเพื่อนที่เลือก อันดับที่ 1, 2, 3

2. **ขั้นตอนการสำรวจสังคมมิติ** ในการสำรวจสังคมมิตินั้นครูจะไม่แจ้งให้ทราบล่วงหน้าแต่ละทำการสำรวจในเวลาที่ต้องการเลย ท่าทีครูขณะสำรวจสังคมมิติจะต้องเป็นไปตามปกติไม่เคร่งเครียดหรือเป็นพิธีรีตอง และครูควรชี้แจงให้นักเรียนเข้าใจวิธีการตอบพร้อมทั้งให้ความมั่นใจคำตอบของเขาจะไม่มีใครได้อ่านนอกจากครูเท่านั้น นอกจากนี้อาจต้องอำนวยความสะดวกให้นักเรียนได้มีรายชื่อเพื่อนทุกคนในห้อง โดยอาจจะเขียนไว้บนกระดานดำหรือพิมพ์รายชื่อแจก ทั้งนี้เพื่อป้องกันการหลงลืมเพื่อนบางคนไป การสำรวจสังคมมิติจะดำเนินการดังนี้

1) กำหนดสถานการณ์หรือตั้งคำถามเพื่อให้นักเรียนเลือกเพื่อน ตามสถานการณ์ที่กำหนด เช่น “ถ้าครูจะแบ่งกลุ่มให้ทำงานนักเรียนอยากให้เพื่อนคนไหนมาร่วมกลุ่มบ้างเรียงลำดับตามความชอบมา 3 คน” เมื่อนักเรียนตอบลงในแบบสำรวจสังคมมิติที่แจกให้แล้วให้นำมาส่งครู

2) นำกระดาษคำตอบของนักเรียนแต่ละคนไปลงข้อมูลในตารางแสดงผล ดังตัวอย่าง ซึ่งสมมุติ นักเรียนในห้องทั้งหมด 10 คน

ตัวอย่างตารางแสดงการเลือกเพื่อนในการทำงานกลุ่ม

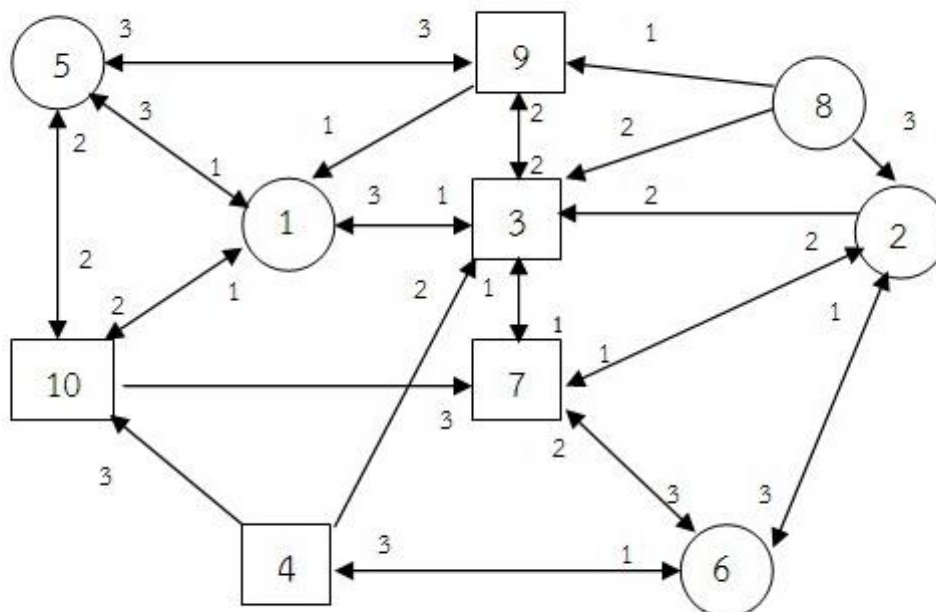
ผู้เลือก	ผู้ที่ได้รับเลือก									
	1. A	2. B	3. C	4. D	5. E	6. F	7. G	8. H	9. I	10. J
1. A			1		3					2
2. B			2			3	1			
3. C	3						1		2	
4. D			2			1				3
5. E	1								3	2
6. F		1		3			2			
7. G		2	1			3				
8. H		3	2						1	
9. I	1		2		3					
10. J	1				2		3			
เลือกอันดับแรก	3	1	2	–	–	1	2	–	1	–
เลือกอันดับที่สอง	–	1	4	–	1	–	1	–	1	2
เลือกอันดับที่สาม	1	1	–	1	2	2	1	–	1	1
รวม	4	3	6	1	3	3	4	–	3	3

3) นำข้อมูลจากตารางแสดงผลไปสร้างเป็นแผนผังสังคมมิติโดย

3.1) กำหนดสัญลักษณ์แทนนักเรียน ชาย (สี่เหลี่ยม) หญิง (วงกลม) และการเลือกแต่ละฝ่าย (แทนด้วยลูกศรทางเดียว) และต่างคนต่างเลือก (แทนด้วยลูกศรสองทาง) และตัวเลข 1, 2, 3 ที่โคนลูกศรแสดงถึงอันดับการเลือก

3.2) เขียนแผนผังโดยกำหนดให้ผู้ที่ได้รับเลือกมากที่สุดอยู่ตรงกลางและโยงการเลือกไปเรื่อย ๆ จนครบข้อมูล ดังตัวอย่าง

แผนผังสังคมมิติแสดงการเลือกเพื่อนในการทำงานกลุ่ม



3. ชั้นแปลความหมาย

จากแผนผังสังคมมิติจะช่วยให้ครูทราบถึงความสัมพันธ์ทางสังคมของนักเรียนในห้องเรียน เช่น นักเรียนแต่ละคน เขาเลือกใครบ้าง ใครเป็นผู้ที่ได้รับเลือกมากที่สุด ใครได้รับเลือกน้อยที่สุด หรือใครไม่มีเพื่อนเลือกเลย การเลือกของนักเรียนทำให้เป็นการแยกเป็นกลุ่ม ๆ อย่างไร จากแผนผังดังตัวอย่างที่กล่าวข้างต้น พบว่า C (หมายเลข 3) ได้รับเลือกจากเพื่อนมากที่สุดเป็นดาราของกลุ่ม ส่วน H (หมายเลข 8) ไม่มีเพื่อนเลือกเลย ซึ่งถือว่าเป็นผู้ที่ถูกทอดทิ้งหรือโดดเดี่ยว ซึ่งครูจะต้องหาข้อมูลโดยใช้วิธีการอื่นต่อไปเพื่อให้ทราบว่าทำไม H จึงเป็นผู้ที่เพื่อนไม่เลือกเข้ากลุ่มเลย อันจะช่วยให้หาทางช่วยเหลือได้เหมาะสมต่อไป

(นายศักดิ์อนันต์ อนันตสุข. 2020. สังคมมิติ (ออนไลน์). สืบค้นเมื่อ 10 มิถุนายน 2563 แหล่งที่มา <http://www.anantasook.com/social-dimension-interaction-in-classroom/>)

ตัวอย่างแบบเก็บข้อมูลการเติมประโยคให้สมบูรณ์

อุปกรณ์

1. แบบทดสอบ 64 ข้อ
2. ดินสอหรือปากกา 1 ด้าม

คำอธิบาย

แบบทดสอบนี้มี 64 ข้อ ในแต่ละข้อจะมีข้อความที่ยังไม่สมบูรณ์ จงเติมประโยคให้สมบูรณ์ โดยอ่านแต่ละข้อแล้วเติมสิ่งแรกที่แวบผ่านสมองเพื่อให้ประโยคในแต่ละข้อนั้นสมบูรณ์

โปรดทำให้เร็วที่สุด ถ้าข้อใดอ่านแล้วยังไม่แวบเข้ามาในสมองให้เขียนวงกลมล้อมหมายเลขของข้อนั้นๆ แล้วจึงกลับมาทำภายหลัง **จงทำทุกข้อ**

ตัวอย่างแบบเก็บข้อมูลการเติมประโยคให้สมบูรณ์

1. ฉันรู้สึกว่าคุณพ่อของฉันไม่ค่อยจะ.....
2. เมื่อเคราะห์ร้ายประดังกันเข้ามา ฉัน.....
3. สิ่งที่คุณต้องการมากที่สุด.....
4. ถ้าฉันต้องรับผิดชอบ.....
5. สำหรับฉัน อนาคตเป็นสิ่งที่.....
6. ผู้ที่มีอำนาจเหนือฉัน.....
7. ทั้ง ๆ ที่เห็นว่ามันไร้สาระ ฉันก็ยังกลัว.....
8. ฉันรู้สึกว่าเป็นเพื่อนที่แท้จริง.....
9. เมื่อตอนที่ฉันยังเป็นเด็กอยู่.....
10. ผู้ชายในอุดมคติของฉัน.....
11. เมื่อฉันเห็นผู้ชายและผู้หญิงอยู่ด้วยกัน.....
12. ถ้าเปรียบเทียบกับครอบครัวอื่นแล้ว ครอบครัวฉัน.....
13. ผู้ที่คุณชอบทำงานร่วมกับเขามากที่สุดคือ.....
14. คุณแม่ของฉัน.....
15. ฉันจะทำทุกสิ่งทุกอย่างเพื่อให้ลืม.....
16. ถ้าคุณพ่อของฉันเพียงแต่.....
17. ฉันมั่นใจว่าฉันมีความสามารถที่จะ.....
18. ฉันคงมีความสุข ถ้า.....
19. ถ้าใครทำงานให้ฉัน.....
20. ฉันกำลังตั้งตาคอย.....
21. เพื่อนของฉันส่วนมากไม่ทราบว่าฉันกลัว.....
22. ครูที่โรงเรียน
23. ฉันไม่ชอบคนที่.....
24. ฉันจำได้ เมื่อ.....
25. ฉันคิดว่าผู้ชายส่วนมาก

26. ความรู้สึกของฉันเกี่ยวกับชีวิตแต่งงาน.....
27. พวกที่บ้านทำกับฉันอย่างกับว่า.....
28. เพื่อนร่วมงานของฉันคือ.....
29. คุณแม่กับฉัน.....
30. ฉันได้ทำผิดอย่างมากที่.....
31. คุณพ่อของฉัน.....
32. จุดอ่อนของฉันก็คือ.....
33. ความทะเยอทะยานในชีวิต คือ.....
34. คนที่ทำงานให้ฉัน.....
35. สักวันหนึ่งฉันคง.....
36. เมื่อฉันเห็นนายเดินมา.....
37. ฉันอยากขจัดความกลัวในเรื่อง.....
38. คนที่ฉันชอบมากที่สุด.....
39. ฉันไม่เคยมีความสุขเท่า.....
40. เมื่อฉันคิดถึงผู้ชาย.....
41. เมื่อฉันมีความรู้สึกทางเพศ.....
42. ครอบครัวส่วนมากที่ฉันรู้จัก.....
43. ฉันชอบทำงานร่วมกับคนที่.....
44. ถ้าคุณแม่ของฉันเพียงแต่.....
45. บางครั้งฉันรู้สึกอาย.....
46. คุณพ่อและฉัน.....
47. เมื่อเปรียบเทียบกับคนอื่นแล้ว ฉัน.....
48. เมื่อฉันเป็นคนออกคำสั่ง ฉัน.....
49. สิ่งที่ฉันต้องการมากที่สุดในชีวิต.....
50. อีก 10 ปีข้างหน้า ฉัน.....
51. คนที่ฉันถือว่าเหนือกว่าฉัน.....

52. บางครั้งความกลัวก็บังคับให้คุณต้อง.....
53. เมื่อฉันไม่อยู่ เพื่อนจะ.....
54. สิ่งที่คุณทำได้แม่นยำที่สุดในวัยเด็กของคุณ.....
55. สิ่งที่คุณชอบน้อยที่สุดเกี่ยวกับบุรุษเพศ.....
56. ฉันรู้สึกว่าเป็นเรื่องเพศ.....
57. เมื่อฉันยังเป็นเด็กอยู่ บิดาของฉัน.....
58. คนที่ทำงานร่วมกับฉันโดยมาก.....
59. คุณแม่ของฉันไม่ค่อยจะ.....
60. ฉันรู้สึกว่าเป็นความผิดใหญ่หลวงที่คุณได้.....
61. ผู้หญิงในอุดมคติของคุณ.....
62. ฉันคิดว่าผู้หญิงส่วนมาก.....
63. เมื่อฉันคิดถึงผู้หญิง.....
64. สิ่งที่คุณชอบน้อยที่สุดเกี่ยวกับสตรีเพศ.....

การแปลผล

1. มารดา	14	29	44	59
2. บิดา	1	16	31	46
3. ครอบครัว	12	27	42	57
4. สัมพันธภาพกับเพื่อนต่างเพศ	10	25	40	55
	61	62	63	64
5. เพศสัมพันธ์	11	26	41	56
6. เพื่อนทั่วไป	8	23	28	53
7. ผู้ที่เหนือกว่า	6	22	36	51
8. ผู้ที่ด้อยกว่า	4	19	34	48
9. เพื่อนร่วมกลุ่ม	13	38	43	58
10. ความกลัว	7	21	37	52
11. ความรู้สึกผิด	15	30	45	60
12. ความสามารถ	2	17	32	47
13. อดีต	9	24	39	54
14. อนาคต	5	20	35	50
15. เป้าหมาย	3	18	33	49

เฉลยการแปลผล

- มีข้อความทางลบ 3 (5) ข้อขึ้นไป = มีปัญหา
- มีข้อความ ทางลบ ครึ่งหนึ่ง = มีแนวโน้มที่จะมี ปัญหา
- มีข้อความทางลบ 1(2-3) ข้อ = ความรู้สึกที่ไม่ดี (ทัศนคติทางลบ)
- ไม่มีข้อความทางลบ = ไม่มีปัญหา

ตัวอย่างแบบสอบถาม

1.แบบเติมความหรือเติมคำ

1.1 เติมความที่เป็นข้อเท็จจริง เช่น

ชื่อ.....นามสกุล..... วันเดือนปี เกิด.....
 สถานที่เกิด.....ที่อยู่ปัจจุบัน..... ฯลฯ

1.2 แบบเติมความที่เป็นความคิดเห็น ให้ตอบอย่างอิสระ เช่น

1.นักเรียนคิดว่า นักเรียนต้องการความช่วยเหลือด้านใดจากโรงเรียน.....

2.นักเรียนต้องการให้โรงเรียนช่วยเหลือนักเรียนในลักษณะใด.....

2.แบบให้เช็คตามความเป็นจริง

แบบที่ 1

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1.ครูเคยตำหนินักเรียนอยู่เสมอ		
2.นักเรียนรู้สึกภูมิใจเมื่อเห็นคนอื่นกลัwnักเรียน		
3.นักเรียนรู้สึกว่ายู่บ้านสนุกกว่าอยู่โรงเรียน		
.....		

แบบที่ 2

ข้อความ	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.นักเรียนชอบเล่นการพนัน					
2.นักเรียนใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการเที่ยว					
3.นักเรียนอ่านหนังสือเรียน					
.....					
.....					

3.แบบเลือกตอบ เป็นแบบที่มีคำตอบหลายคำตอบไว้ให้เลือกตามที่ต้องการ เช่น

นักเรียนต้องการให้โรงเรียนจัดบริการด้านใดให้กับนักเรียน

☐ บริการให้การปรึกษา

☐ บริการข่าวสารหรือประชาสัมพันธ์

☐ บริการอาหารกลางวัน

☐ บริการสุขภาพและอนามัย

.....

.....

(อุษณิษฐ์ เย็นสบาย. 2533)

ตัวอย่างแบบบันทึกการส่งต่อและแบบรายงานผลการช่วยเหลือนักเรียน
บันทึกการส่งต่อนักเรียน

โรงเรียน.....

วันที่ เดือน พ.ศ.

เรื่อง ขอความช่วยเหลือนักเรียน

เรียน

ด้วยนักเรียน ชื่อชั้น ม. / เลขประจำตัว

มีพฤติกรรม/ปัญหา ดังนี้

.....

.....

ได้ดำเนินการช่วยเหลือเป็นเบื้องต้นแล้ว สรุปได้ดังนี้

.....

.....

แต่ยังคงมีพฤติกรรม/ปัญหา ดังนี้

.....

.....

จึงเรียนมาเพื่อขอความร่วมมือในการช่วยเหลือแก้ไขปัญหาของนักเรียนดังกล่าว และ
ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(.....)

แบบรายงานผลการช่วยเหลือนักเรียน
(จากการส่งต่อภายใน)

วันที่ เดือน พ.ศ.

เรื่อง แจ้งผลการช่วยเหลือนักเรียน
เรียน

ตามที่ท่านได้ส่งตัวนักเรียน ชื่อ ชั้น ม. /
มาให้ดำเนินการช่วยเหลือ นั้น บัดนี้ ได้ดำเนินการให้ความช่วยเหลือนักเรียนแล้ว สรุปผลดังนี้
.....
.....
.....
.....

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(.....)

ตำแหน่ง

รายชื่อคณะกรรมการ

ที่ปรึกษา

- | | | |
|---------------------|--------------|---|
| ๑. นายอัมพร | พินะสา | เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน |
| ๒. นายกวิทร์เกียรติ | นนท์พละ | รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน |
| ๓. นางสาวรัตนา | แสงบัวเฟื่อน | ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา |

คณะกรรมการร่างเอกสาร (สังกัดและตำแหน่งในปี พ.ศ.๒๕๕๘)

- | | |
|--------------------------------|---|
| ๑. นายอวยชัย ศรีตระกูล | รองผู้อำนวยการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงใหม่ เขต ๑ |
| ๒. รศ.มัลลวีร์ อุดมพัฒนศิริ | ข้าราชการบำนาญ |
| ๓. นางสาววิไลวรรณ ใจแก้ว | ข้าราชการบำนาญ |
| ๔. รศ.ดร.จิตินันท์ บุญสุธิกุล | คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| ๕. ผศ.ดร.ประพาส ณ พิกุล | มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย |
| ๖. ผศ.เจษฎา บุญมาโฮม | คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม |
| ๗. ผศ.มณฑา เขียวสะอาด | คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง |
| ๘. ดร.นิรุทธิ์ วัฒนภาส | มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ |
| ๙. นางจิตาภา โลหะพงศ์พันธ์ | ศึกษานิเทศก์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษานครราชสีมา เขต ๒ |
| ๑๐. นางเครือวัลย์ พนมศิริ | โรงเรียนนครขอนแก่น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๕ |
| ๑๑. นางวรพนิต ชิมมอส | โรงเรียนนครขอนแก่น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๕ |
| ๑๒. นางพวงพะยอม อุสาหะ | โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๔ |
| ๑๓. นายสุรพล พิมพ์สอน | โรงเรียนวัชรวิทยา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๔๑ |
| ๑๔. นางเพลินใจ ประสารศรี | โรงเรียนวัชรวิทยา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๔๑ |
| ๑๕. นายกมล ประทีปธีรานันต์ | โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๙ |
| ๑๖. นางสาวปัทมา นัยกุล | โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๙ |
| ๑๗. นางสาวหทัยทิพย์ กล้าณรงค์ | โรงเรียนวัดไร่ขิงวิทยา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๙ |
| ๑๘. นางนิตยา อิงสันเพียร | โรงเรียนตะกั่วป่า “เสนานุกูล” สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๔ |
| ๑๙. นางสาวสุมาลี สุขสวัสดิ์ | โรงเรียนตะกั่วป่า “เสนานุกูล” สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๔ |
| ๒๐. นางสาวภาวดี ภาระหัตถ์ | โรงเรียนอู่หม่าประชาสรรค์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๒ |
| ๒๑. นางสุพกา บุญกอบ | โรงเรียนอู่หม่าประชาสรรค์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๒ |
| ๒๒. นายเฉลิมเกียรติ แก้วกนก | โรงเรียนไผ่ใหญ่ศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๙ |
| ๒๓. นางสาวอุบล แดงชาติ | โรงเรียนไผ่ใหญ่ศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๙ |
| ๒๔. นางสาวอรุณี ขอบปล้องกลาง | โรงเรียนบ้านจันทเขลม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาจันทบุรี เขต ๒ |
| ๒๕. นางสาวณัฐกานต์ มหารวรรณ | โรงเรียนผดุงปัญญา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๘ |
| ๒๖. นางสาวนิลลักษณ์ สุขสวัสดิ์ | โรงเรียนปากพนัง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๒ |
| ๒๗. นางพัชราภรณ์ รักช่วย | โรงเรียนปากพนัง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๒ |
| ๒๘. นางรัชฎาพร คักดีศรี | โรงเรียนสันทรายหลวง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงใหม่ เขต ๒ |

๒๙. นางสาวสุวรรณา แสงสุริยา	กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๐
๓๐. นางภัทรวรรณ สุกุม	โรงเรียนท่ายางวิทยา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๐
๓๑. นางสุทิดา จารุเดชา	โรงเรียนบ้านยิว-ห้วยโป่ง สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเพชรบูรณ์ เขต ๑
๓๒. นางเพ็ญศรี ทองนพเก้า	โรงเรียนชัยสุนันต์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสระบุรี เขต ๒
๓๓. นางมนต์ริสา เชื้อสุวรรณ	โรงเรียนเพชรพิทยาคม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๔๐
๓๔. นางกรรณานุช มุลคำ	โรงเรียนแม่อนวิทย์วิทยาลัย์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๔
๓๕. นางสาวศิรินพร ฤกษ์วัฒนศิริกุล	โรงเรียนวัดโนนทัยพายัพ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๔
๓๖. นางภรณ์ นันต์ธนะ	โรงเรียนหาดใหญ่วิทยาลัย์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๖
๓๗. นางสาวคน นานา	โรงเรียนวัดจระเข้มใหญ่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรปราการ เขต ๒
๓๘. นางเนาวรัตน์ ชูสกุล	โรงเรียนสตรีวิทยา ๒ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒
๓๙. นางณัฏฐา กิรัตน์	โรงเรียนดัดดรุณี สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๖
๔๐. นายฉัตรชัย วิเทศก์	โรงเรียนสรรพวิทยาลัย์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๘

คณะกรรมการพัฒนาเอกสาร (สังกัดและตำแหน่งในปี พ.ศ.๒๕๖๕)

ที่ปรึกษา

๑. รศ.กรรณิกา นักคิม	คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
๒. รศ.เจษฎา บุญมาโฮม	คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

ประธานกรรมการ

๓. นางวิไลลักษณ์ ชูสกุล	ข้าราชการบำนาญ
-------------------------	----------------

เลขานุการ

๔. นางสาวทรายแก้ว จันทรแจ่มฟ้า	โรงเรียนปัญญาวรรค สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑
๕. นางสาวชุตินา ทองมีขวัญ	โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษาพัฒนาการ รัชดา สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒

๖. นายชาครีย์ เกิดสมบูรณ์	คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
---------------------------	---------------------------------------

กรรมการ

๗. นางอังคณา เมตุลา	ข้าราชการบำนาญ
๘. นางเนาวรัตน์ ชูสกุล	ข้าราชการบำนาญ
๙. นางสาวศิริวัฒนาพร พริงเพราะ	ศึกษานิเทศก์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๒
๑๐. นางรัชฎาพร ศักดิ์เศรณี	โรงเรียนกวิละวิทยาลัย์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๓๔
๑๑. นางสาวมัญชลี เปี่ยมดี	โรงเรียนสารคามพิทยาคม สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๖

๑๒. นางอนุธิดา สุวรรณรัตน์ โรงเรียนชุมชนบ้านแก่งศรีหนองไผ่
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชัยภูมิ เขต ๒
๑๓. นางสาวจิรวรรณ มีแก้ว โรงเรียนเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระศรีนครินทร์ นครศรีธรรมราช
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๒
๑๔. นางเพลินใจ ประสารศรี โรงเรียนวัชรวิทยา
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๔๑
๑๕. นางวีรวรรณ ไพรสิงห์ โรงเรียนวัชรวิทยา
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๔๑
๑๖. นางสาวศิริพร ทองดี โรงเรียนท่าศาลาประสิทธิ์ศึกษา
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๑๒

คณะกรรมการออกแบบปกและรูปเล่ม

๑. นายวิทยากร ยาสีห์ทอง โรงเรียนนครขอนแก่น
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๕
๒. นายทศยันต์ โยชัย โรงเรียนนครขอนแก่น
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๕
๓. นายธนภุต ก้อนตะเสน โรงเรียนท่าบ่อ
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต ๒๑
๔. นายวงศกร มาระวงศ์ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา

คณะกรรมการบรรณาธิการ

๑. ดร.เกษศิรินทร์ สุวรรณสุนทร ผู้อำนวยการกลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
๒. นางสาวเปรมวดี ศรีธนพล สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
๓. นางสาวอนุกุล มโนชัย สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
๔. นางสาวสุภาพร คงช่วยชาติ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
๕. นางสาววิภาวรรณ กันธา สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
๖. นายวงศกร มาระวงศ์ สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
๗. นางสาวสุพรรณิกา ประดิษฐ์สอน มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา
๘. นางสาวมนัสวี หิมพานต์ มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา





กลุ่มพัฒนาระบบการแนะแนว
สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ

